
నిశ్శబ్దము - నిశ్శబ్దాతీతము
అఖిల భారత పత్రిక
ఆగష్టు, సెప్టెంబరు 2001

# శ్రీఅరవిందుల రచనలు చదివే విధానం

శ్రీఅరవిందుల రచనలు* చదివేవారికి నేనిచ్చే సలహా యిది. మనస్సును సాధ్యమైనంత ప్రశాంతపరచుకొని, ఒక్కొక్కసారి కొంచెం కొంచెం మాత్రమే చదవండి. దానిని వెంటనే అర్థం చేసుకోవాలని ఆరాటపడి తలలు బ్రద్దలు చేసుకోవద్దు. మనస్సును అలజడులకు, ఆలోచనలకు దూరంగా ఉంచండి. తరువాత అటుల నిశ్శబ్దపరచిన మనస్సులోనికి ఆ రచనలలో నిక్షిప్తమైన మహత్తును తిన్నగా, నిరాటంకముగా ప్రవేశించనివ్వాలి; చొరబడి చోటు చేసుకోనివ్వాలి. అలా నిశ్శబ్దంగా ప్రశాంతంగావున్న మనస్సులోనికి ప్రవేశించిన ఆ శక్తి నిలదొక్కుకొని తన దీప్తిని తాను వికసింప జేసి బుద్ధిని ఉజ్వలాయమానం చేయటానికి తన పని తాను చేసుకొనిపోతుంది. అంతేకాదు. అవసరమైతే, చదివిన అంశాలను అర్థం చేసుకొనడానికి అవసరమైన కొత్త జీవకణాలను కూడా మెదడులో సృష్టిస్తుంది. అందుకని కొన్ని నెలల తరువాత అదివరకు చదివిన అంశాలను మళ్ళీ చదివినట్లైతే, అందులో వెలువరించిన భావాలు మునుపటికంటే బాగా ప్రస్ఫుటమవుతాయి. ఆ భావాలతో సాన్నిహిత్యం, మచ్చిక విస్తృతమవుతుంది. కొన్ని సందర్భాలలో, ఎంతో ఆశ్చర్యకరంగా అవి ఇంతకు పూర్వమే పరిచయమున్న విషయాలుకూడా ద్యోతకమవుతవి!

ప్రతిరోజూ ఓ నిర్ణీత సమయంలో, క్రమం తప్పకుండా, కొంచెం కొంచెం చదువుట మంచిది. ఎందుకంటే నిత్యానుష్ఠానం వలన మెదడు యొక్క గ్రహణశీలత పెరుగుతుంది.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: అన్నవరపు ఆదిశేషయ్య

---

* శ్రీఅరవిందుల అభిభాషణలు ఉత్తిత్తి మాటల మూటలు కావు. అవి అక్షయతూణీరాలు. నమ్మకుంటే చాలు ఆ అమ్ములు పరిశ్రమ లేకుండా ప్రశాంతమందిరానికి చేరుస్తాయి. విడువక వెన్నంటి నడవటమే మన విధి.

# నిశ్శబ్దము – నిశ్శబ్దాతీతము

## విభాగము I: నిశ్శబ్దమే ప్రాతిపదిక



## విభాగము II: నిశ్శబ్దానికి మార్గము

**The Silence bears the Eternal's great dumb seal,**
**His light inspires the eternal Word;**

**Sri Aurobindo**

**(Savitri, p. 656)**

# ప్రస్తావన

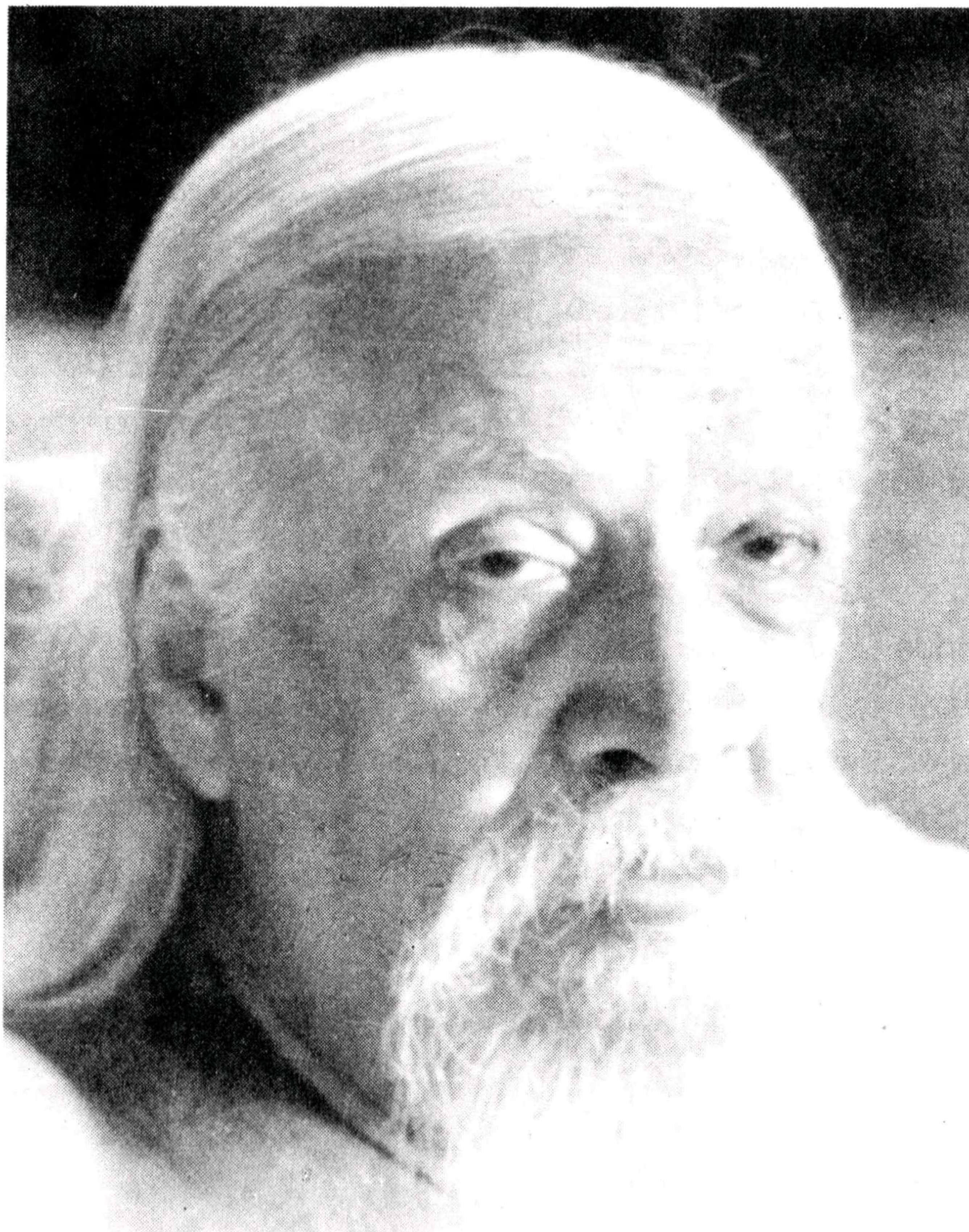
*చిత్తవృత్తి నిరోధమే యోగము. మనం దీనిని* silence *అనవచ్చు. ఇదే యోగానికి తొలిమెట్టు. కాని దీని తరతమ రూపము లనేక ములు. ఒక్కొక్క దానికి ఒక్కొక్క పేరు. దీనికి మనం మామూలుగా వాడే మాట 'నిశ్శబ్దము' అనగా మాట్లాడకుండా వుండటం. కాని యోగంలో దీనికింత కంటే విశేషార్థమే వున్నది. దీనిని నిశ్చలత్వమని కూడ అనవచ్చు. నిశ్చలత్వమనగా కేవలం బాహ్యాశబ్దముల ఉపసంహారణమే కాదు. మనస్సులో ఎట్టి ఆలోచనలూ లేకుండా అంతరంగికంలో కూడ నిశ్శబ్దమే రాణించాలి. ఆపాద మస్తకం ప్రశాంతమవాలి.* మరియు శ్రీఅరవిందులు Truth, Light, Silence మొ॥ పదాల మొదటి అక్షరాలకు Capitals పెట్టి వాటికి మామూలు అర్థాలకంటె విశిష్టమైన ఆధ్యాత్మికమైన ప్రాముఖ్యత నిచ్చారు. వారి యోగజ్వాలతో పునీతం చేసిన ఆంగ్లపదజాలాన్ని ఇంద్రజాలంలా ప్రయోగించారు. అందుకని *ఈ సంచికలో వాడిన నిశ్శబ్దము, నిశ్చలత్వం, మౌనం మొ॥ పదాలన్నిటిని విచక్షణతో, ఈ విశేషార్థంలోనే గమనించగలరు.*

— *సంపాదకుడు*

**Silence, the nurse of the Almighty's power,**
**The omniscient hush, womb of the immortal Word,**

**Sri Aurobindo**

**(Savitri, p. 41)**



మనః నిశ్శబ్దతలో సర్వాతీత చైతన్యం
దుర్గ్రాహ్యాతీతమై సువిదిత మవుతుంది
అలాగే మౌనహృదయం మథించని మాటల
అంతరంగాన్ని చెవిన వేసుకొంటుంది
అనంత సమర్పణ అతని ఏకైక త్రాణ.

# మౌనం మనసు విప్పిన వేళ

*ఇప్పుడు నా మనస్సు ఏరి ప్రమేయమూ లేని*
*ఓ కేవల నిశ్చల నిశ్శబ్దం,*
పారదర్శకము అసమానము నైన ఓ దృశ్యమాన జగతి,
*ఓ దైవ ధృవీకృత నిశ్శబ్దపు సంపుటి –,*
*విస్తృత మౌన (విపంచి హృదయ) రాగ సంకలనం,*
విశుద్ధ భావనా, అసూర్యం పశ్య సంకల్పం కలగరిసిన
ఓ అనుపమాన ఔన్నత్యం.

ఆ సంపుటి పుటల పైన
(ఆ మౌన హృదయ విపంచి తంత్రుల పైన)
ఒకప్పుడు కాలం గ్రుడ్డిగా ఊహించిన
చౌకబారు అవగాహనల్ని (అపశ్రుతులని) అజ్ఞానం
అందంగా చిత్రించవచ్చు (మనోజ్ఞంగా మీటవచ్చు)

అంతేకాదు ప్రకృతి వలయంలో దేశద్రిమ్మరిలా తిరిగే
ఆత్మకు ఆహారంగా
క్షణభంగుర కాంతుల క్షణిక సందేశాలను విసరవచ్చు
(వినోదమునకు జేపట్టు వీణకు కర్తృత్యము లేని భంగి)

*కాని నే నిప్పుడు కనిపించని నిశ్శబ్ద పరిపూర్ణ జ్ఞాన*
*కాంతికిరణ సంజనితమైన ఓ విశిష్ట శబ్దాన్ని ఆలకిస్తున్నాను*
*(మౌనవీణ మనసులోని మాటను)*
*నిశ్శబ్దపు శ్రవణేంద్రియాలు మాత్రమే ఆలకించిన*
*(సప్త స్వరాలకే అనుభూతమయ్యే మూగ మౌనరాగాలు)*
ఓ అహస్సు యొక్క అనంత దివ్యతేజం నుండి
ఉద్ధృతంగా దుమికిన కంఠస్వరం.
(నాభినుండి పెల్లుబికిన అనంత అనుభూతితేజః
స్రవంతుల రవళి – తిమిర నాశక మురళి)

సర్వమూ అనంత విస్తృతినుండి నిరంతర
శాంతినుండి ఓ అనంత
ప్రవాహాంభోధిలోని ఆనంద సందోహాపు
ఆటుపోటుల లోనికి మళ్ళుతుంది.

మూలం: శ్రీఅరవిందులు
అనువాదం అన్నవరం ఆదిశేషయ్య

(Collected Poems, p.141 The Word of the Silence)

# నిశ్చలత

*యోగములో నిశ్చలత అనగా చిత్తవృత్తులు, ప్రాణిక స్పందనములు నిలిచిపోయి ఏ మాత్రం కదలిక లేకుండా సమస్త చైతన్యము రాయల్లే అయిపోవుట.*

*

శాంతి (peace), స్థిరత (calm), అచంచలత (quiet), నిశ్చల నీరవత (silence) అనే పదాల మధ్య సూక్ష్మమైన భేదాలున్నాయి. వీటిని నిర్వచించటం అంత తేలిక కాదు.

*అచంచలత:* ఏ విధమైన వ్యాకులతగాని గొడవగాని లేని స్థితి.

*స్థిరత:* ఇంకా లోతైన పరిస్థితి. బాహ్య అలజడులవలన చెదిరిపోదు.

*నిశ్చలత:* చిత్తవృత్తులుగాని, ప్రాణికస్పందనములుగాని ఏ మాత్రము లేని స్థితి. ఉపరిగత ప్రేరణలకు చలించని ఓ గంభీరమైన శాంతి.

*

Quiet, calm and peace can all be described as tranquillity· silence is akin to what is meant by stillness.

*

*ఈ సృష్టి కావల ఓ గంభీరమైన నిశ్శబ్దమే రాణిస్తూంటుంది. ఈ నిశ్శబ్దమునకే, లోకాల పరిభ్రమణానికంతా మూలమదే.*

ఆ నిశ్శబ్దం (Silence) లో నుంచే శాంతి పుడుతుంది. శాంతి ప్రగాఢమయ్యే కొద్ది మళ్లి నిశ్శబ్దంగా పరిణమిస్తుంది. *నిశ్శబ్దమనగా విషయ స్పృహలు, ఇంద్రియ స్పందనములు లేని స్థితి.* మనస్సు ఆగి పోతుంది. ఆ స్థితి చెదిరిపోకుండానే కర్మలను ఆచరించ వచ్చు. నిశ్చలాకాశంలో నక్షత్రాలు మెరవటం లేదు? గోళాలు పరిభ్రమించటం లేదు? మనిషి విషయంలో కూడ అంతే.

*

నిశ్చలత్వము (silence) నిష్క్రియంగాగాని, సక్రియంగాగాని వుండవచ్చు. బాహ్యసంఘటనలకు ఏ మాత్రం చలించని అంతరంగిక నైశ్చల్యము మొదటిది. క్రియాశీలమై తన యోగశక్తి నుపయోగించి ఇతరులను ప్రేరేపించుట లేక తన 'ఇంద్రజాలాన్ని' ప్రయోగించి బాహ్యజగత్తులో అద్భుతమైన పరిణామములను కలగజేయుట రెండవ స్థితి.

*

నిశ్చలత్వమనగా సన్యాసం కాదు. అంతరంగికం నిశ్చలమైనప్పటికి ప్రశాంతమైనప్పటికి ఆ స్థితి చెదిరిపోకుండానే సకలమైన యోగానుభూతులు కలుగుతూ వుంటాయి.

*

*యోగజ్ఞానము మానసికజ్ఞానము కంటె భిన్నము. దాని స్వరూపమే వేరు. అది నిశ్శబ్దంగా వుండి రెండు స్థాయిలలో వుంటుంది.* ఆలోచనలుగాని, సంవేదనములుగాని, కదలికలుగాని లేక నిశ్చలమయ్యి, (మామూలుగా పనులు చేస్తున్నప్పటికి) చెదిరిపోని స్థితి ఒకటి. అయితే ఈ నూతన చైతన్యము ఇంతటితో సరికాదు. అది క్రియాశీలమై అద్భుతమైన అనుభూతులను కలగజేస్తుంది. ప్రేమానందములు, ఇతర ఆధ్యాత్మికానుభూతులు, అంతరంగిక పరిణామముల ద్వారా అభివ్యక్తమౌతుంది. తన నైశ్చల్యము మట్టుకు చెక్కు చెదరదు జీవుని పెరుగుదలకు ఈ రెండు స్థితులు అవసరమే. మొదటి స్థితి చాలా తేలికగా, ఖాళీగా విముక్తమైనట్లు

అనిపించి, మెల్లి మెల్లిగా క్రియాశీలమై రెండవ స్థాయిని చేరుకు టుంది.

మూలం: శ్రీ అరవిందు
అనువాదం: జె. మంగమ

## పరమాత్మ సాక్షాత్కారం – పరమ నైశ్చల్యం లోనే

ప్రశాంతత, నిశ్చలత ఉన్నప్పుడే దైవసాక్షాత్కారం లభిస్తుంది వాటిని చెదర నివ్వకు. దైవం ప్రత్యక్షమౌతాడు.

*

మేమందరం కలిసి కొన్ని నిమిషాలు నిశ్శబ్దంగా ఆత్మసంపర్కా భూతిని అనుభవించితిమి. మా ముంగిట అనంతలోకాల ద్వారా బార్లగా తెరుచుకోగా కళ్లు మిరిమిట్లు గొలిపే అద్భుత దర్శన లభించింది.

*

ధ్యానం ద్వారా సమస్తము నిశ్శబ్దమై అనంతం దాకా విస్తారం జరుగుతుంది. ఆ పరిపూర్ణ నిశ్శబ్ద ప్రశాంతతలో భగవంతుడు దేదీప్యమైన తేజోవిరాజితుడై ప్రత్యక్షం కాగలడు.

*

భగవంతుని కంఠము ఎప్పుడైతే నీకు వినబడుతుందో అప్పుడే నీకు నిశ్శబ్దము (నైశ్చల్యము) కలిగిందన మాట.

*

*ప్రశాంతత, ఆంతరంగిక నిశ్శబ్దత ఉన్నప్పుడు క్రమక్రమం దైవం యొక్క నిరంతర సాన్నిధ్యము నీ కనుభూత మవుతుంది.*

*

*హృదయాంతరాళపు నిశ్శబ్దతలోనే నువ్వు భగవానుని ఆదే లను వినగలవు.*

*

మనం నోరు మూసుకొని భగవంతుని ఆరాధించెదము గాక. గంభీరమైన ప్రశాంతాగాధాలలోనే సదా ఆయన వాణిని మనం వినగలిగేది.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: ఎ. ప్రభావతి, ఎ. వెంకటరామ శాస్త్రి

## ప్రగతి పథము – నిశ్చల నీరవత (Silence)

నువ్వు నిశ్చలంగా (silent) ఉంటేగాని అభివృద్ధి చెందలేవు.

*

*నిశ్చలనీరవత (silence) లోనే నీ చేతనాస్థాయి పెరుగుతుంది. నీ జిజ్ఞాస తీవ్రమవుతుంది.*

*

నిజమైన ఆధ్యాత్మిక సిద్ధికి నిశ్శబ్దమే ద్వారం.

*

నిశ్చలత్వమే యథార్థ జ్ఞానానికి ద్వారాలు తెరుస్తుంది.

*

నువ్వు నిశ్చలంగా వున్నప్పుడే భగవంతుడిని నిజంగా ఆరాధించగలవు.

*

*నిశ్చలత్వంలోనే మనం శక్తిని తిరిగి పుంజుకోగలం.*

*

*ఏకాగ్రత, నైశ్చల్యము కర్మల నాచరించుటకు అనివార్యములు.*

*

**It is *only in silence* that a true progress can be made; it is *only in silence* that one can rectify a wrong movement; It is *only in silence* that one can be of help to somebody else.**

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: బి. వరలక్ష్మి

# నిశ్శబ్దంలోనే నిజమైన అనుభూతులు

*శ్రీమాతారవిందుల పుస్తకాలకు కొఱత లేదు. వారి ప్రవచనములు, సాధకులతో జరిపిన సంభాషణలు, లిఖితరూపంలో వున్న ప్రశ్నో త్తరములు కోకొల్లలు. వీటి ద్వారా సాధనా విధానములతో కొంత పరిచయము, మనోవికాసము కలిగే మాట నిజమే. కాని అధ్య యనం కంటే అనుభూతమే ముఖ్యం.*

*నీకు జ్ఞానం కావాలంటే నువ్వు నడుము బిగించాలి. విజృంభించాలి. నీ మనస్సును 'నోరు ముయ్యి' అని చెప్పి అంతర్ముఖుడవు కావాలి. అక్కడి వెలుగును దర్శించాలి. ఆ వెలుగే నిన్ను పులకరింపజేసి యోగమార్గంలో నడిపిస్తుంది. నీ అంతస్తును పెంచి చివరకి నిన్ను 'పునర్జన్మ'కు సమాయత్తం చేస్తుంది.* — సంపాదకుడు

మనం చదువుతాం. మనం అవగాహన చేసుకోవడానికి యత్నిస్తాం. వివరిస్తాం. అర్థం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తాం. అయితే పుస్తక పఠనము నీకు జ్ఞానాన్ని ఇవ్వలేదు. నీకు అసలైన జ్ఞానం కలిగి నప్పుడు ఇదంతా మనస్సు చేసే గారడీయే అని తేలిపోతుంది.

ఇలా అనే సరికి వెంటనే తలెత్తేది "అనుభవం పొందడం ఎలా?" అనే ప్రశ్న.

*అంతర్ముఖుడవై నీలోకి నువ్వు తొంగి చూసుకోవడమే మొదటి మెట్టు.*

నీ అంతరాంతరాల్లో ఉన్న సత్యాన్ని అనుభూతి చెందేటంత లోతుగా నువ్వు ఒకసారి అంతర్ముఖుడవు కాగలిగావా! అప్పుడు నీకు అభ్యుదయకరమైన, క్రమబద్ధమైన సువిశాల దృక్పథం అగ వడుతుంది. దాంతో పరిధులు అన్నీ చెదిరిపోయి, *సరిహద్దులు చెరిగి పోయి విశ్వం అంతా నువ్వే అవుతావు.*

ఈ మొదటి రెండూ నిన్ను సమాయత్తం చేసే ప్రక్రియలు.

ఈ రెండూ అత్యంత ప్రశాంతంగాను, నెమ్మదిగాను, శాంతి యుతంగాను జరగాలి. ఈ శాంతిసామరస్యాలు మనస్సుకి నిశ్శ బ్దాన్ని, ప్రాణికానికి స్థిరత్వాన్ని ప్రసాదిస్తాయి.

ఈ కృషిని, ఈ సాధనను క్రమం తప్పకుండా నిత్యం ంభిషిస్తూ, సుసంపన్నం చేసుకుంటూ పోవాలి. ఇలా కొంతకాలం ంరిగేసరికి, అసలైన నైజాన్ని తెలుసుకోవడం మొదలు పెడతావు.

నిత్యం నువ్వు అనుభూతి చెందే బాహ్యాజ్ఞానంకంటె అది ిన్నంగా ఉంటుంది.

*

**ఆలోచనలు అవరోధాలు**

గూఢవిద్యను (occultism) నేర్చుకోదలచుకున్నప్పుడు – సాధారణంగా మొదటి అంశం ఏమిటంటే – గురువు ఆ విద్యను గురించి ంతో ఏమీ మాట్లాడడు. నీకు ఏమీ వివరించడు కూడా. దీనికి ారణం ఒక్క ముక్కలో చెప్పాలంటే – మనస్సుకుగల అవలక్ష ఁమే అనాలి. *ఇతర విషయాలు చెపితే మనస్సు వాటినిగురించి అనవసర ఆలోచనలు పెట్టుకుంటుంది. దానివల్ల పనికిరాని అను గవాలే తప్ప – పనికివచ్చేది ఒక్కటీ రాదు.* అవన్నీ మానసిక ల్పనలే అవుతాయి. అవి వాస్తవికతకు దూరంగా ఉంటాయి.

నువ్వు అనుభవాల లోకంలోకి అడుగిడ దలచుకుంటే మనస్సుపై విశ్వాసాన్ని పూర్తిగా తుడిచేసుకోవాలి. "ఓ! ఏం ంరుగుతోంది?" అనే కుతూహలం తలెత్తుతే చాలు. ఆ తరువాత అనుభూతులు వాటంతటవే కలుగుతాయి – నిజానికి అవి అను భూతులయితే కదా – కేవలం కల్పనలు; ఉత్తిత్తి ఊహాలూను. అంతే!

**మౌనం పరమౌషధం**

*నువ్వు నోరు మూసుకొని కూర్చోవాలి. ఇది మొదటి స్థితి. మౌనం అంటే కేవలం జిహ్వా స్తంభనమే కాదు. నీ మనస్సును మౌనంగా ఉంచాలి.* మస్తిష్కంలో ఆలోచనలు ముసురుకో కూడదు. నీ జ్ఞానా ికి చక్కటి పునాది వేయాలంటే, అవసరమైన అసలైన, అచ్చ మైన అనుభవాల్ని పొందాలనుకుంటే – మౌనంగా ఉండడం

# నిశ్శబ్దంలోనే నిజమైన అనుభూతులు

*శ్రీమాతారవిందుల పుస్తకాలకు కొఱత లేదు. వారి ప్రవచనములు, సాధకులతో జరిపిన సంభాషణలు, లిఖితరూపంలో వున్న ప్రశ్నోత్తరములు కోకొల్లలు. వీటి ద్వారా సాధనా విధానములతో కొంత పరిచయము, మనోవికాసము కలిగే మాట నిజమే. కాని అధ్యయనం కంటే అనుభూతమే ముఖ్యం.*

*నీకు జ్ఞానం కావాలంటే నువ్వు నడుము బిగించాలి. విజృంభించాలి. నీ మనస్సును 'నోరు ముయ్యి' అని చెప్పి అంతర్ముఖుడవు కావాలి. అక్కడి వెలుగును దర్శించాలి. ఆ వెలుగే నిన్ను పులకరింపజేసి యోగమార్గంలో నడిపిస్తుంది. నీ అంతస్తును పెంచి చివరకి నిన్ను 'పునర్జన్మ'కు సమాయత్తం చేస్తుంది.* — సంపాదకుడు

మనం చదువుతాం. మనం అవగాహన చేసుకోవడానికి యత్నిస్తాం. వివరిస్తాం. అర్థం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తాం. అయితే పుస్తక పఠనము నీకు జ్ఞానాన్ని ఇవ్వలేదు. నీకు అసలైన జ్ఞానం కలిగినప్పుడు ఇదంతా మనస్సు చేసే గారడీయే అని తేలిపోతుంది.

ఇలా అనే సరికి వెంటనే తలెత్తేది "అనుభవం పొందడం ఎలా?" అనే ప్రశ్న

*అంతర్ముఖుడవై నీలోకి నువ్వు తొంగి చూసుకోవడమే మొదటి మెట్టు.*

నీ అంతరాంతరాల్లో ఉన్న సత్యాన్ని అనుభూతి చెందేటంత లోతుగా నువ్వు ఒకసారి అంతర్ముఖుడవు కాగలిగావా! అప్పుడు నీకు అభ్యుదయకరమైన, క్రమబద్ధమైన సువిశాల దృక్పథం అగపడుతుంది దాంతో పరిధులు అన్నీ చెదిరిపోయి, *సరిహద్దులు చెరిగి పోయి విశ్వం అంతా నువ్వే అవుతావు.*

ఈ మొదటి రెండూ నిన్ను సమాయత్తం చేసే ప్రక్రియలు.

ఈ రెండూ అత్యంత ప్రశాంతంగాను, నెమ్మదిగాను, శాంతియుతంగాను జరగాలి. ఈ శాంతిసామరస్యాలు మనస్సుకి నిశ్శబ్దాన్ని, ప్రాణికానికి స్థిరత్వాన్ని ప్రసాదిస్తాయి.

ఈ కృషిని, ఈ సాధనను క్రమం తప్పకుండా నిత్యం పోషిస్తూ, సుసంపన్నం చేసుకుంటూ పోవాలి. ఇలా కొంతకాలం జరిగేసరికి అసలైన నైజాన్ని తెలుసుకోవడం మొదలు పెడతావు.

నిత్యం నువ్వు అనుభూతి చెందే బాహ్యాజ్ఞానంకంటె అది భిన్నంగా ఉంటుంది.

*

### *ఆలోచనలు అవరోధాలు*

గూఢవిద్యను (occultism) నేర్చుకోదలచుకున్నప్పుడు — సాధారణంగా మొదటి అంశం ఏమిటంటే — గురువు ఆ విద్యను గురించి నీతో ఏమీ మాట్లాడడు. నీకు ఏమీ వివరించడు కూడా దీనికి కారణం ఒక్క ముక్కలో చెప్పాలంటే — మనస్సుకుగల అవలక్షణమే అనాలి. *ఇతర విషయాలు చెపితే మనస్సు వాటినిగురించి అనవసర ఆలోచనలు పెట్టుకుంటుంది. దానివల్ల పనికిరాని అనుభవాలే తప్ప — పనికివచ్చేది ఒక్కటీ రాదు.* అవన్నీ మానసిక కల్పనలే అవుతాయి. అవి వాస్తవికతకు దూరంగా ఉంటాయి.

నువ్వు అనుభవాల లోకంలోకి అడుగిడ దలచుకుంటే మనస్సుపై విశ్వాసాన్ని పూర్తిగా తుడిచేసుకోవాలి. "ఓ! ఏం జరుగుతోంది?" అనే కుతూహలం తలెత్తుతే చాలు. ఆ తరువాత అనుభూతులు వాటంతటవే కలుగుతాయి — నిజానికి అవి అనుభూతులయితే కదా — కేవలం కల్పనలు, ఉత్తిత్తి ఊహాలూను. అంతే!

### *మౌనం పరమౌషధం*

*నువ్వు నోరు మూసుకొని కూర్చోవాలి. ఇది మొదటి స్థితి. మౌనం అంటే కేవలం జిహ్వా స్తంభనమే* కాదు. *నీ మనస్సును మౌనంగా ఉంచాలి.* మస్తిష్కంలో ఆలోచనలు ముసురుకో కూడదు. నీ జ్ఞానానికి చక్కటి పునాది వేయాలంటే, అవసరమైన అసలైన, అచ్చమైన అనుభవాల్ని పొందాలనుకుంటే — మౌనంగా ఉండడం

# నిశ్శబ్దంలోనే నిజమైన అనుభూతులు

*శ్రీమాతారవిందుల పుస్తకాలకు కొఱత లేదు. వారి ప్రవచనములు, సాధకులతో జరిపిన సంభాషణలు, లిఖితరూపంలో వున్న ప్రశ్నో త్తరములు కోకొల్లలు. వీటి ద్వారా సాధనా విధానములతో కొంత పరిచయము, మనోవికాసము కలిగే మాట నిజమే. కాని అధ్య యనం కంటే అనుభూతమే ముఖ్యం.*

*నీకు జ్ఞానం కావాలంటే నువ్వు నడుము బిగించాలి. విజృంభించాలి. నీ మనస్సును 'నోరు ముయ్యి' అని చెప్పి అంతర్ముఖుడవు కావాలి. అక్కడి వెలుగును దర్శించాలి. ఆ వెలుగే నిన్ను పులకరింపజేసి యోగమార్గంలో నడిపిస్తుంది. నీ అంతస్తును పెంచి చివరకి నిన్ను 'పునర్జన్మ'కు సమాయత్తం చేస్తుంది.*

— సంపాదకుడు

మనం చదువుతాం. మనం అవగాహన చేసుకోవడానికి యత్నిస్తాం. వివరిస్తాం. అర్థం చేసుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తాం. అయితే పుస్తక పఠనము నీకు జ్ఞానాన్ని ఇవ్వలేదు. నీకు అసలైన జ్ఞానం కలిగి నప్పుడు ఇదంతా మనస్సు చేసే గారడీయే అని తేలిపోతుంది.

ఇలా అనే సరికి వెంటనే తలెత్తేది "అనుభవం పొందడం ఎలా?" అనే ప్రశ్న.

*అంతర్ముఖుడవై నీలోకి నువ్వు తొంగి చూసుకోవడమే మొదటి మెట్టు.*

నీ అంతరాంతరాల్లో ఉన్న సత్యాన్ని అనుభూతి చెందేటంత లోతుగా నువ్వు ఒకసారి అంతర్ముఖుడవు కాగలిగావా! అప్పుడు నీకు అభ్యుదయకరమైన, క్రమబద్ధమైన సువిశాల దృక్పథం అగ వడుతుంది. దాంతో పరిధులు అన్నీ చెదిరిపోయి, *సరిహద్దులు చెరిగి పోయి విశ్వం అంతా నువ్వే అవుతావు.*

ఈ మొదటి రెండూ నిన్ను సమాయత్తం చేసే ప్రక్రియలు.

ఈ రెండూ అత్యంత ప్రశాంతంగాను, నెమ్మదిగాను, శాంతియుతంగాను జరగాలి. ఈ శాంతిసామరస్యాలు మనస్సుకి నిశ్శబ్దాన్ని, ప్రాణికానికి స్థిరత్వాన్ని ప్రసాదిస్తాయి.

ఈ కృషిని, ఈ సాధనను క్రమం తప్పకుండా నిత్యం పోషిస్తూ, సుసంపన్నం చేసుకుంటూ పోవాలి. ఇలా కొంతకాలం జరిగేసరికి, అసలైన నైజాన్ని తెలుసుకోవడం మొదలు పెడతావు.

నిత్యం నువ్వు అనుభూతి చెందే బాహ్యాజ్ఞానంకంటె అది భిన్నంగా ఉంటుంది.

*

**ఆలోచనలు అవరోధాలు**

గూఢవిద్యను (occultism) నేర్చుకోదలచుకున్నప్పుడు – సాధారణంగా మొదటి అంశం ఏమిటంటే – గురువు ఆ విద్యను గురించి నీతో ఏమీ మాట్లాడడు. నీకు ఏమీ వివరించడు కూడా. దీనికి కారణం ఒక్క ముక్కలో చెప్పాలంటే – మనస్సుకుగల అవలక్షణమే అనాలి. *ఇతర విషయాలు చెపితే మనస్సు వాటినిగురించి అనవసర ఆలోచనలు పెట్టుకుంటుంది. దానివల్ల పనికిరాని అనుభవాలే తప్ప – పనికివచ్చేది ఒక్కటీ రాదు.* అవన్నీ మానసిక కల్పనలే అవుతాయి. అవి వాస్తవికతకు దూరంగా ఉంటాయి.

నువ్వు అనుభవాల లోకంలోకి అడుగిడ దలచుకుంటే మనస్సుపై విశ్వాసాన్ని పూర్తిగా తుడిచేసుకోవాలి. "ఓ! ఏం జరుగుతోంది?" అనే కుతూహలం తలెత్తుతే చాలు. ఆ తరువాత అనుభూతులు వాటంతటవే కలుగుతాయి – నిజానికి అవి అనుభూతులయితే కదా – కేవలం కల్పనలు; ఉత్తిత్తి ఊహాలూను. అంతే!

**మౌనం పరమౌషధం**

*నువ్వు నోరు మూసుకొని కూర్చోవాలి. ఇది మొదటి స్థితి. మౌనం అంటే కేవలం జిహ్వా స్తంభనమే* కాదు. *నీ మనస్సును మౌనంగా ఉంచాలి.* మస్తిష్కంలో ఆలోచనలు ముసురుకో కూడదు. నీ జ్ఞానానికి చక్కటి పునాది వేయాలంటే, అవసరమైన అసలైన, అచ్చమైన అనుభవాల్ని పొందాలనుకుంటే – మౌనంగా ఉండడం

ఎలాగో తెలుసుకోవాలి. లేకపోతే నిన్ను నువ్వు మభ్యపరచుకో వడమే తప్ప మరొకటి సాధ్యం కాదు. లభించేది శూన్యమే అవ తుంది. "భగవాన్! నా మనస్సు కథలల్లటంలో దిట్ట" అని అన కోవడం తప్ప చేయగలిగేది ఏమీ ఉండదు.

*

## నిశ్శబ్దంలోనే జ్ఞానోదయం

గీత పట్ల ఎంతో మక్కువ కలిగిన ఒక భార తీయుణ్ణి కలుసుకున్నాను. ఆయనకు మౌనం అంటే ఎంతో మక్కువ. ఆయన అంటూండే వాడు. "నేను నా శిష్యుల వద్దకు వెళ్ళినప్పుడు – వారు సరియైన స్థితిలో ఉంటే నేను మాట్లాడవలసిన పని లేదు. *నేనూ వాళ్ళూ కలిసి మౌనం పాటిస్తాం. ఆ మౌనంలోనే ఎంతో కొంత అను భూతి వస్తుంది.* మా శిష్యులు సరియైన స్థితిలో లేనప్పుడు - నేను వారితో కొద్దిగా, బహు కొద్దిగా మాట్లాడతాను. అది కూడా వాళ్లని సక్రమమార్గంలో పెట్టడానికే! ఒకవేళ వారు ఇంకా అధ్వాన్నస్థితి లోనే ఉన్నారో! ఇక వారు ప్రశ్నలు గుప్పిస్తు ఉంటారు" (నవ్వు)

*

## హృదయాంతరాళంలో దైవసాన్నిధ్యం

నీ అంతరాంతరాల్లో, నీ హృద యపు అఖాతాలలో దైవసాన్నిధ్యం నిరంతరం ఉంటూనే ఉంటుంది *అది ప్రకాశవంతంగా ఉంటుంది. ప్రశాంతంగా ఉంటుంది ప్రేమతో నిండి ఉంటుంది. విజ్ఞానం వెల్లివిరుస్తూ ఉంటుంది* నువ్వు దానితో తాదాత్మ్యం చెందాలి. అది అసలు అందుకే అక్కడ ఉంది. అలా తాదాత్మ్యం చెందావో! అది నిన్ను తేజస్సుతో నింపే స్తుంది. సంతోషంతో ముంచేస్తుంది. చైతన్యంతో మురిపిస్తుంది.

నువ్వూ, నేను కలిసి మన చుట్టూ ఉన్న గందరగోళాన్ని శమింప చేద్దాం. అప్పుడే ఆ నిశ్శబ్ద, ప్రశాంత స్థితిలోనే నీవు నీ ఆంతరంగిక తేజస్సుతో తాదాత్మ్యం చెందగలవు.

అప్పుడే! నీకు కొత్త జీవితాన్ని ఇచ్చే రోజు వస్తుంది.

మూలం: శ్రీమా

అనువాదం: పున్నమరాజు నాగేశ్వరరావు

# మౌనంలోని శక్తి

*మనిషి ఎన్ని తెలివితేటలున్నప్పటికీ ప్రకృతిశక్తులకు బద్ధుడే. ఎందుకని? మానవమేధ సంకల్ప వికల్ప పీడితము కాబట్టి. ఈ జీవితానికి వెనుక మేధాశక్తికి మించిన మరొక చైతన్యమున్నది. అది చంచలము కాదు. అచలము, నిశ్శబ్దము. మనము ఆ స్థాయిని అందుకున్నట్లయితే మన జీవితాన్ని సమర్థవంతంగా గడుపుకోగలం. ఎందుకంటే నిశ్శబ్దము ఒక అనంతమైన శక్తికి నిలయము. మనం ఎప్పుడైతే ఆ నిశ్శబ్దంలో ప్రతిష్ఠితమవుతామో అప్పుడు ఆ యోగశక్తితో మన జీవితాన్ని సుసంపన్నం చేయగలం. సత్యమును దర్శించగలం. అమృతత్వాన్ని ఆస్వాదించగలం.* — సంపాదకుడు

*రెండు మహాశక్తులు*

ఈ ప్రపంచంలో మౌనమూ, వాక్కు అనే రెండు మహాశక్తులున్నాయి. 'మౌనం పూర్వరంగాన్ని సిద్ధం చేస్తే వాక్కు సృజన చేస్తుంది. మౌనం సంకల్పిస్తే వాక్కు నిర్వర్తిస్తుంది. మౌనం శాసిస్తే వాక్కు ముచ్చటగా నచ్చ చెప్తుంది. ఈ ప్రపంచంలో జరిగే సంఘటనలన్నీ మనకు చాలా గందరగోళంగా అనిపిస్తాయి. కాని వాటి అసలు స్వరూపం మనకి తెలియదు. పైకి శబ్దతరంగాల జోరూ, సాగరతరంగాల హోరూ మాత్రమే వినబడుతుంటాయి. కాని వాటి ప్రభవభూమి నిశ్శబ్దమే. నిజానికి ఈ గంభీరమైన వ్యవహారమంతా నిశ్శబ్దమైన అగాధసీమలలో సిద్ధము చేయబడి అక్కణ్ణుంచి ప్రయోగింపబడుతుంది.

*సత్యం బాహ్య దృష్టికి అతీతం*

మానవులు సాగరతరంగాలను తిలకిస్తూ, ఆ తరంగ డోలలు చేసే శబ్దాల్ని వింటూ, భవిష్యత్తు గురించి, భగవంతుడి హృదయంలో దాగిన సంకల్పాల గురించి ఊహాగానం చేసి తీర్పునిస్తారు. అయితే ఆ తీర్పుల్లో పదింట తొమ్మిది సరైన తీర్పులు కావు. అందువలననే చరిత్ర గమనంలో ఎప్పుడూ ఊహించలేని

మలుపులు, మార్పులు చోటు చేసుకుంటాయి. తమ దృష్టిని బాహ్యమైన ఉపరితలంనుంచి అంతరంలో వర్తించే తత్త్వంలోకి మరలిస్తే పైకి కనిపించే వాటిని పక్కకు నెట్టి లోపల గుప్తంగా దాగివున్న రహస్యాలను వెలికి తీయాలంటే, జీవితంలో ఎక్కడైనా బాహ్యంలో వినిపించే శబ్దాన్ని వినటం మాని మౌనాన్ని వినటం అభ్యాసం చేసుకోవాలి.

**ప్రగాఢమైన మౌనమే యోగశక్తికి మూలం**

*ఇది ప్రకృతి ధర్మం. మనం కర్మలలో నిమగ్నమై వున్నప్పుడు ప్రకృతిశక్తులు మన ద్వారా పని చేస్తాయి. అలా కాక మనం నిశ్చలంగా వున్నట్లయితే మనమే ఆ శక్తులను శాసించగలము.* నిశ్చలత్వం రెండు రకాలు. ప్రళయానికి ముందు వర్తించే తమస్సులో జనించే నిస్సహాయితతో కూడిన నిశ్చలత ఒక రకం కాగా సంపూర్ణ అధికారంతో సిద్ధించే నిశ్చలత్వం మరొకటి. ఇది జీవితంలో మన ముందుకున్న సమన్వయత్వ మాధుర్యాన్ని సూచిస్తుంది. ఇటువంటి పరమోత్కృష్టమైన నిశ్చలత్వమే యోగికి సిద్ధించే ప్రశాంతత. ఈ నిశ్చలత్వం ఎంతగా సిద్ధిస్తే యోగికి శక్తి అంతగా లభిస్తుంది. శక్తి ఎంతగా పెరిగితే క్రియాశీలమైన నిర్వహణ సామర్థ్యం అంతగా పెరుగుతుంది.

**జ్ఞానమే కర్మలకు మూలం**

ఈ నిశ్చలత్వంలోనే నిజమైన జ్ఞానం దొరుకుతుంది మానవుల భావాల్లో సామాన్యంగా సత్యమూ అనృతమూ విడదీయ రానంతగా పెనవేసుకుని చిక్కుపడి ఉంటాయి. సత్య గ్రహణానికి అసత్య గ్రహణం మబ్బులా ఆవరిస్తుంది. సత్య నిర్ణయానికి, అసత్య నిర్ణయం అవరోధమవుతుంది. సత్కల్పనా శక్తిని, అసత్య కల్పన వికృతం చేస్తుంది. సత్యస్మృతిని అసత్యస్మృతి మోసగిస్తుంది. చిత్తవృత్తులన్నీ ఆగిపోయి మానవుడి చిత్తం పరిశుద్ధం కావాలి. ప్రకృతి కలిగించే పర్యుత్సుకత్వాన్ని మౌనం శమింప జేయాలి. అటువంటి నీరవ నిశ్శబ్ద మౌనంలోనే మనస్సుకు దివ్యమైన వెలుగు గోచరిస్తుంది. అనృతం తనంతట తానే

తప్పుకుని దూరంగా పోతుంది. మళ్ళీ కోరిక మనసులో మెదల నంత వరకూ, స్పష్టతా సరళతా ఉత్తమ చైతన్య కక్ష్యల్లో నిలదొక్కుకుని, అధోచైతన్య కక్ష్యల్లో కూడా సుఖాన్నీ శాంతినీ కల్గిస్తాయి. అప్పుడు సత్యమైన జ్ఞానం ఏ మాత్రం పొరపాటు లేని సత్కృత్యకు మూలకారణమవుతుంది. *"యోగః కర్మసు కౌశలమ్."*

**యోగుల శక్తి సామర్థ్యము లనంతములు**

మౌనమూ, నిశ్చల ప్రశాంతతా, జ్ఞానం వలన లభించిన ఉదాసీనత (passivity) సాధ్యమయితే అమృతత్వం సిద్ధించినట్లే. *'అమృతత్త్వాయ కల్పతే'* ధీరత్వం మన ప్రాచీన నాగరికత యొక్క ఆదర్శం. అంటే తమోగుణంతో కూడిన జడత్వం, నిర్వ్యాపారత లేకుండా వుండటం. తామసికుడి నిర్వ్యాపారత్వం ఒక పెద్ద అవరోధంగా పరిణమించి, *తన చుట్టూ వున్న శక్తులను అడ్డగిస్తుంది. యోగి యొక్క నిష్క్రియత్వం తన చుట్టూ వున్న శక్తులను సృష్టించేదిగానూ, పరిరక్షించేదిగానూ, అవసరమైతే హరించి వేసేదిగాను ఉంటుంది.* యోగి కార్యనిర్వహణ శక్తివంతంగా వుండి మహత్తరమైన ప్రకృతి శక్తులను సూటిగా చాలనం చేస్తుంది శబ్దం యొక్క బలమూ క్రియాశీలతా నిస్సందేహంగా గొప్పవే – శబ్దం యొక్క బలం చేత జెరికో గోడలు కూల లేదా? అయినా నిశ్చలత్వం యొక్క శక్తి అనంతమైనది మౌనంలోనే మహత్తర శక్తుల కార్యక్రమాలన్నీ సిద్ధమవుతాయి.

*

గుహాల్లోనూ, కొండ శిఖరాల మీద కఠినశిలలపై నివసించే సన్యాసి ఏమీ చేయటం లేదనుకుంటున్నావేమో? నీకేం తెలుసు? ఆయన ప్రపంచంలోకి అమోఘమైన శక్తి తరంగాలను ప్రసరింపజేసి తన తపోశక్తి ద్వారా ప్రపంచాన్ని పరిణమింపజేస్తూ వుండవచ్చు.

మూలం: శ్రీఅరవిందులు
భావానువాదం ధారా రాధాకృష్ణమూర్తి

# నిశ్చలత: నిజమైన కర్మకు పునాది

*అన్నపానాదులే నేటి మానవుల జీవిత పరిధులు. జీవితాని ఇంతకన్నా ముఖ్యమైన దేమైనా వున్నదా అనేదే ప్రశ్న. ఋ సాంప్రదాయం మన దేశపు రక్తనాళాలలోనే వున్నది. తాత్కా లిక ఒడిదుడుకుల వలన అది చెరిగిపోదు. పూర్వకాలం రాజు క్లిష్టసమయాలలో ఋషులతో సంప్రదించి వాళ్ల నిర్దేశాలన పాటించేవారు. ఎందుకంటే ఋషులు యోగశక్తి సంపన్నుల నేటి ప్రపంచ పరిస్థితులలో మన మీ విషయాన్ని గుర్తు తెచ్చుకోవాలి. పనులు అందరికీ ఉంటాయి. కాని పని అన పరిగెత్తటం కాదు. హడావిడిలో ఏ కార్యమూ నెరవేరదు. ఇదం ప్రకృతి ఖేలనము. నిశ్చల చిత్తంలోనే నీవు దైవికశక్తుల పొందగలవు. ఈ సృష్టికి పూర్వస్థితి నైశ్చల్యము. ఈ ప్రప చంలోని ముఖ్యమైన పరిణామము లన్నియు నిశ్చలచిత్తులై ఋషిపుంగవులచే సాధించబడినవే. నీ కర్మలకు కూడ ఆ నైశ్చ ల్యమే ప్రాతిపాదిక అగు గాక. మహాకార్యము లన్నియు పర నైశ్చల్యములోనే సాధించబడును.*

— సంపాదకు

**ఆర్భాటం పనికి రాదు**

ఆందోళన, ఆతృత, అస్థిరత ఏమీ సాధించ లేవు. సముద్రం మీది నురుగులాగా ఇ అక్కడికక్కడే ఆగిపోయే ఆర్భాటమే. ఎప్పుడు ఎడతెరిపి లేకుండా పరుగులుపెడుతూ ఏదో ఒకటి చెయ్య పోతే, తాము ఏమీ చెయ్యడం లేదనే భావం మనుమల కుంటుం ఈ నామమాత్రపు కదలికలు మార్పు తెస్తాయనుకోవడం భ్రమే ఇది ఒక పాత్రలో నీటిని గిలక్కొట్టినట్టే; నీరు కదలడమైతే కద లుతుంది కానీ ఎంత కొట్టినా నీటిలో మార్పేమీ రాదు కదా మానవునికున్న పెద్ద భ్రమలలో కర్మ చేస్తున్నామన్న భ్రమ చాలా గొప్పది. ఇది ప్రగతికి అవరోధం, ఎందుకంటే నిన్ను ఎప్పుడూ ఏదో ఉత్తేజంలో, ఏదో హడావిడిలో వుండేలా చేస్తుం మీరు అదంతా నిష్ప్రయోజనమైన భ్రమ అనీ, దీనివల్ల ఎప్పుడు

ఎక్కడా ఏమీ సాధించలేమని తెలుసుకుంటే బాగుండు! ఇలా పడావిడి పడేవారు తమ వినోదంకోసం వీళ్లని ఆడించే కొన్ని శక్తుల చేతిలో కీలుబొమ్మలు. ఈ శక్తులు అంత మంచివి కావు కూడా.

**నిశ్చలంలోనే అనంతమైన శక్తి**

ఈ ప్రపంచంలో ఏదన్నా ఉత్తమమైన కార్యం జరిగిందంటే అది ఈ కంగారులో చిక్కుకోకుండా స్థిమితంగా ఉండగలిగిన బహుకొద్దిమంది వల్లనే జరిగింది; ఎందుకంటే వారే దివ్య శక్తికి అనువైన ఉపకరణాలు. క్రియాశీల ప్రతినిధులు. ఆ దివ్య శక్తిని ధరిస్తారు. ఈ ప్రపంచాన్ని పరిణమింప జేసే శక్తులను ఇక్కడికి తెస్తారు. ఆ విధమైన పనులు అనిశ్చలతతో, ఆందోళనతో జరిగేవి కావు. ఈ జగత్తు శాంతి, నిశ్శబ్దం, ప్రశాంత నేపథ్యాలలోనే సృష్టించబడింది. *కనుక ఏదన్నా నిజంగా సృజనాత్మకంగా జరగాలంటే అది శాంతి, నిశ్శబ్దాలలోనే జరగాలి. ఈ ప్రపంచానికేదన్నా మేలుచేయాలంటే అహర్నిశలూ చెమటోడ్చి పరుగులు పెడుతూ నానారకాల నిష్ప్రయోజనమైన పనులూ చేయాల్సిందే ననుకోవడం అజ్ఞానం మాత్రమే.*

**మనుషులు గుడ్డిగా పరుగెడుతూంటారు**

సుడిగుండంలాంటి ఈ శక్తులనుంచి వెనక్కి తొలగినప్పుడే ఈ భ్రాంతి ఎంత బలమైనదో తెలుస్తుంది! అప్పుడు మీకు మనుషులంతా ఆలోచనారహితంగా, గుడ్డిగా, ఒకరినొకరు ఢీకొట్టుకుంటున్న జీవులుగా కనిపిస్తారు. దీనినే వాళ్లు కర్మ అనీ, జీవితమనీ అంటారు! ఇది నిజజీవితమూ కాదు, కర్మా కాదు, నిష్ప్రయోజనమైన ఆందోళన మాత్రమే.

**కాలమహిమకు లొంగిపోకూడదు**

ప్రయోజనకరంగా పది నిమిషాలు మాట్లాడాలంటే, పది రోజులు నిశ్శబ్దంగా వుండాలని నేను ఒకసారి చెప్పాను. ఇంకా చెప్పాలంటే, ఒకరోజు ఉపయోగకరంగా పనిచేయాలంటే ఒక సంవత్సరం మౌనంగా వుండాలని అంటాను. నేను చెబుతున్నది బాహ్యజీవితం కోసం మనం రోజూ చేసే దినచర్య గురించి

కాదు. ఈ ప్రపంచానికి ఉపయోగకరంగా వుండేవీ, ఉంటాయన కునే పనుల గురించీ చెబుతున్నాను. నేను బోధించే నిశ్శబ్ద అంతర్గత ప్రశాంతత. ఇది తమ కర్మకి కర్తృత్వం వహించి అందులో లీనమైపోయి, దాని వేగానికీ శబ్దాలకీ అంధులూ, బధి రులూ అవకుండా వుండగల వారికే సాధ్యం. ఈ ప్రాపంచి చలనాలకి అతీతమైన దృష్టిని ఏర్పరచుకొని, నీ కర్మల నుం విడివడి అనంత చేతనత్వంలోకి ప్రవేశిస్తేనే నిజమైన కర్మ ఏమిటో తెలుస్తుంది.

*

నీవు దివ్యచైతన్యంతో ఏకమైపోయినప్పుడు చేయవలసిన కార్య మానవుల అంచనా ప్రకారం వెయ్యేళ్లు పడుతుందా లేక ఒక్క ఏడాది పడుతుందా అనేది ముఖ్యం కాదు. ఎందుకంటే అప్పుడ నీవు మానవస్వభావ సహజమైన గుణాలని/ప్రకృతిని వదలివే దివ్యస్వభావ సిద్ధమైన అనంతత్వమూ, నిరంతరత్వములలో ప్ర శిస్తావు. అప్పుడు ఈ మానవులకున్న ఆరాటం, ఈ పిచ్చి పరు గుతో పనులు పూర్తి చేయాలనే తపన నించి తప్పించుకో గల గుతావు.

మూలం: శ్రీమా

అనువాదం: బి. వరలక్ష్మి

## అంతా నిశ్శబ్దమే (Silence is all)

అంతా నిశ్శబ్దమే నంటారు ఋషులు,
నిశ్శబ్దమే పరికించును తరతరాల పనులు,
నిశ్శబ్దపు గ్రంథంలో పారత్రిక పుటలు
వ్రాసినాడు సర్వలోక సాక్షీ లేఖకుడు,
అంతా నిశ్శబ్దమే నంటారు ఋషులు.

# మొదటి దశ – నిశ్చల మనస్సు[1]

*చంచలత్వము ఈ సృష్టి లక్షణము. మానవ మనస్సుకు కూడ అదే జాడ్యమున్నది. కాని ప్రయత్నించి దానిని అచంచలము చేయు సామర్థ్యము అతని కున్నది. ఆలోచనల రాకపోకలకు దూరంగా నిలబడి ఓ ప్రేక్షకుని వలె వాటిని గమనిస్తూ వుండాలి. నిశ్చల నీరవత (silence) ఇంకా లోతైన స్థాయి. దానిని స్వీయ ప్రయత్నము వలన సాధించటం కష్టం. దైవాన్ని ప్రార్థించి సంపాదించుకోవటం తేలిక. అప్పుడది (silence) నీలోకి పైనుంచి దిగుతుంది. సర్వాంగములకు వ్యాపిస్తుంది. నీ చైతన్యమంతా దాంతో నిండిపోతుంది. నీ నిశ్చలానుభూతి విశ్వమంతా వ్యాపించి మహైక్యభావనను పొందుతుంది.*

– సంపాదకుడు

| *అచంచలత్వపు లక్షణాలు* |
|---|

మొదటి దశ నిశ్చల మనస్సు – నిశ్శబ్దం అనేది అనంతర దశ. కాని ప్రశాంత నిశ్చలత ఉండి తీరాలి. నిశ్చల మనస్సు అంటే. అంతర్గతమైన మానసచేతన. అది తనలోకి వస్తున్న ఆలోచనలను, కదిలే తలపులను చూస్తుందే కాని తనే ఆలోచిస్తున్నదని భావించదు. *ఆలోచనలతో సాయుజ్యము చెందదు. అవి తన సొంత ఆలోచనలని అనదు. ఒక నిశ్శబ్ద దేశంలోకి ఎక్కడ నుండో వచ్చి కదిలిపోయే బాటసారులవలె – ఆలోచనలు, మానసిక కదలికలు ఆ చైతన్యం గుండా ప్రయాణిస్తుంటాయి.* నిశ్చల మనస్సు వాటిని చూస్తే చూస్తుంది. లేకపోతే లేదు. చూసినా చూడక

---

[1] ఈ వ్యాసంలో శ్రీఅరవిందులు Truth, Light, Silence, Divine Shakti అనే ఆంగ్లపదాలకు ముందు సుస్పష్టంగా capitals ఉంచారు. అవి ప్రాపంచిక కార్యకలాపాలలో మునిగి తేలే మానవబుద్ధికి తెలిసిన సత్యం, కాంతి, నిశ్శబ్దం కావనియు, పూర్ణయోగమార్గంలో ఆవిష్కృతమయ్యే మహామహిమాన్వితమైన భగవంతుని పూర్ణ, విశిష్ట విభూతులనియు గమనింప ప్రార్థన.

పోయినా తను మట్టుకు ఆ విషయాలను గురించి పట్టించుకోదు. ఈ నిశ్చలత్వాన్ని కోల్పోదు. నిశ్చలత్వం (quietude) కన్నా నిశ్శబ్దం (silence) మరింత ప్రగాఢమైనది. లోపలి మనస్సునుంచి ఆలోచనను పూర్తిగా బహిష్కరించడం ద్వారా దానిని (నిశ్శబ్దం) సాధించవచ్చును. కాని పై భూమికలనుండి అవరోహణ (descent) ద్వారా దానిని తేలికగా నెలకొల్పవచ్చును – అది పై నుండి అవరోహించినట్లు, లోనికి ప్రవేశించినట్లు, వ్యక్తిగత చైతన్యాన్ని ఆవరించినట్లు, ఈ చైతన్యం అనంతమైన నిశ్శబ్దంలోకి (impersonal silence) కలిసిపోయిన అనుభవం కల్గుతుంది.

*

## నిన్ను నీవు ఓ ప్రేక్షకుని వలె గమనించాలి

నిశ్చల మనస్సు అంటే అసలు ఆలోచనలు, మానస కదలికలు లేనట్లు అర్థం కాదు. కాని అవి ఉపరితలంపైనే ఉంటాయి. వాటికి భిన్నంగా వున్న నీ నిజమైన చేతనను నువ్వు అనుభూతికి తెచ్చుకోవచ్చు. నువ్వు వాటిని పరికిస్తూంటావు. వాటితో నువ్వు ఎక్కడికో కొట్టుకుని పోవడం జరగదు. వాటిని పరిశీలించి, న్యాయవిశ్లేషణ జరపగలవు. తిరస్కరించవలసిన వాటిని తిరస్కరించగలవు. వాటిని ఆమోదించి, నిజమైన చైతన్యం, నిజమైన అనుభవ పరిధిలో వాటిని నిక్షిప్తం చేయగలవు. మనస్సును ఉదాసీనం (passive) చేసుకోటం మంచిదే. కాని *"మహాసత్యానికి"*, *"దివ్యశక్తి"*, స్పర్శకు మాత్రమే ఉదాసీనంగా ఉండు. నిమ్నప్రకృతి ప్రేరణలకు, ప్రభావాలకు ఆ విధంగా ఉన్నావంటే నువ్వు ఆధ్యాత్మిక మార్గంలో ముందడుగు వేయలేవు. లేదా అదైవశక్తులకు దొరికిపోతావు. అవి నిన్ను నిజమైన యోగమార్గం నుండి దారి మళ్ళించి ఎక్కడికో లాక్కు పోతాయి.

*నీలో సుస్థిరం చేయబడిన నిశ్చలత కోసం, మానసిక ప్రశాంతి కోసం, బాహ్యప్రకృతినుండి బయటబడి నీలోని చైతన్యం యావత్తూ దివ్యజ్యోతిర్నివహం వైపు, మహాసత్యం వైపు ఉన్మీలనం అవడం కోసం ఆకాంక్షా ప్రదీప్త హృదయంతో జగన్మాతను వేడుకో*

సాధన మార్గంలో అడ్డుపడే శక్తులు నిమ్నమానస, ప్రాణిక, అన్నమయ భూమికలలోని శక్తులు. వాటి వెనుక మానస, ప్రాణిక, *సూక్ష్మభౌతిక లోకాలలోని అదైవశక్తులు చెలరేగుతుంటాయి. భగవంతుని పట్ల ఏకైక ఆకాంక్షతో మనస్సు, హృదయం ఏకోన్ముఖమై, కేంద్రీకృత మైనప్పుడు మాత్రమే ఈ అదైవ శక్తులతో పోరాడి వాటిని తరిమికొట్ట వీలగును.*

*

మానసిక వ్యాపారాలను మనం రద్దు చెయ్యగూడదు. వాటిని సన్మార్గంలో పెట్టాలి – అంతే. హేతువు (reason) ఈ సృష్టిలోని సమస్తాన్ని బయటనుండి మాత్రమే చూస్తుంది. మనం దానికి బుద్ధి చెప్పి పరివర్తన చెందించాలి. పాత మానసిక బుద్ధి నిశ్చలం కాకపోతే, ఆ పని నువ్వు చేయలేవు. హేతువు అన్ని కోణాలనుంచి చూడకుండా, తొందరపాటు దృష్టితో "*ఇతి, ఇతి*" అని, "*నేతి, నేతి*" అని చెప్తూ విశ్లేషణ, ప్రత్యక్ష అనుమాన ప్రమాణాల ద్వారా పరిశీలన జరుపుతుంది.

నిశ్చలమనస్సు ఆలోచనలతో సాయుజ్యం చెందదు. ఆలోచనా ప్రవాహంలో కొట్టుకుని పోదు. ఆలోచనలకు దూరంగా నిలిచి, వాటిని తన సొంత ఆలోచనలుగా చేసుకోకుండా, వాటితో ఏమాత్రం సాయుజ్యం చెందకుండా, ఒదిలేస్తుంది. అది సాక్షిభూత మనస్సుగా మారి, అవసరమైన ఆలోచనలను పరికిస్తుంది. అనవసరమైన వాటినుండి దూరంగా వెళ్ళిపోగలదు. ఆలోచనలను లోపలనుండి, ఊర్ధ్వంనుండి స్వీకరిస్తుంది.

### *మనస్సుతో కుస్తీ పట్టి లాభం లేదు*

నిశ్శబ్దం మంచిదేగాని పూర్తి నిశ్శబ్దం (absolute silence) అనివార్యం కాదు – కనీసం ఈ దశలో మనస్సును నిశ్చలం చేయడానికి దానితో కుస్తీపట్టు పట్టడంవల్ల ఎక్కువ ప్రయోజనం వుందో లేదో నాకు తెలియదు. ఆ సమరంలో సాధారణంగా మనస్సే గెలుస్తుంది. అంతకంటే నిశ్చలమనస్సుతో ఆలోచనలకు దూరంగా వెళ్లడం, వాటినుండి వేరైపోవడం, బాహ్యమనస్సులోని ఆలోచనలకన్నా మరేదో భావనాస్రవంతిని వినే శక్తిని సంపాదిం

వడం సులభమార్గం. అదే సమయంలో ఊర్ధ్వభూమికల వైపు వీక్షిస్తూ అక్కడ వున్న దివ్యమహాశక్తిని (force) అవరోహించే టట్లు ఆవాహన చేయడం, లేదా ప్రశాంతంగా ఆ మహాశక్తిసాయం కొరకు నిరీక్షించడం – ఇది జరగాలి. మనస్సు నెమ్మదిగా నిశ్చలమై తనకు తానే నిశ్శబ్దమై, లేదా పైనుండి నిశ్శబ్దం అవరోహించేంత వరకు – సాధకులు ఈ విధంగా సాధన చేస్తారు. ఈ సాధనలో వెంటనే విజయం సాధించలేకపోతే, ఆ కారణంగా నిరాశా నిస్పృహలకు లోనుకావడం, కృంగిపోవడం జరగకూడదు. ఇది చాలా ముఖ్యం. నిరాశ చెందితే, సాధన మరింత కష్టభూయిష్టమై, సంసిద్ధమవుతున్న పురోగతి కూడా నిలిచిపోతుంది.

*

### *నైశ్చల్యాన్ని పైనుంచి ఆహ్వానించాలి*

దివ్యమహనీయ నిశ్శబ్దం లోకి ప్రవేశించడం అంత తేలిక కాదు మానస – ప్రాణిక కార్యకలాపాలన్నింటినీ త్రోసిపుచ్చడం ద్వారా మాత్రమే అది సాధ్యం. నీ లోకి నిశ్శబ్దం అవరోహింప చేయడం సులభతరం అంటే నువ్వు నిశ్శబ్దానికి పూర్తిగా ఉన్మీలన మవటమే. దీనిని సాధన చేసే పద్ధతి, ఉన్నతభూమికలలోని శక్తుల్ని ఆవాహన చేసే మార్గం ఒక్కటే. *ధ్యానసమయంలో నిశ్చలంగా ప్రశాంతంగా ఉండాలి. మనస్సుతో పోరాటం జరపకూడదు. మహోన్నత మహాశక్తిని, నిశ్శబ్దాన్ని క్రిందకు దింపడానికి మానసికమైన ప్రయత్నాలు వ్యర్థములు. వాటి కోసం నిశ్శబ్ద సంకల్పం, ఆకాంక్ష కలిగియుండాలి.* మనస్సులోని యాంత్రికమైన అలవాటు ప్రకారం జరిగే కార్యకలాపాలు శాంతంగా అణగారిపోయేంత వరకు ఈ ప్రక్రియను కొనసాగించాలి. ఒక వేళ మనస్సు పట్టినపట్టు వీడకపోతే శ్రమ, సంఘర్షణ లేకుండా నెమ్మదిగా ఆ కార్యకలాపాలను నిరాకరించడం నేర్చుకోవాలి.

మూలం: శ్రీఅరవిందులు

అనువాదం: యజ్ఞన్న

# మానసిక, ప్రాణిక, శారీరక శాంతి

*యోగులెప్పుడూ ప్రశాంతంగానే వుంటారు. అంతే కాదు – కష్టాలతో వారి దగ్గరకు వెళ్ళిన వారికి కూడ ఆ శాంతిని ధారపోయగలరు. ఆ శాంతి ఓ దావాగ్ని వలె చుట్టుప్రక్కలంతా వ్యాపిస్తుంది. అది ఓ గొప్పశక్తి. మనిషిని కుదుటపరచి జీవితాన్ని చక్కబెట్టే లక్షణం దాని కున్నది. ప్రపంచంలో గొప్ప గొప్ప కార్యములు సాధించే మహాపురుషులందరూ ఎప్పుడూ ప్రశాంతంగానే ఉంటారు. వాళ్ల శక్తికి మూలము ఆ ప్రశాంతతయే.*

– సంపాదకుడు

*మానసిక, ప్రాణిక, శారీరక శాంతి*

నేను ఎవరితోనైనా "ప్రశాంతంగా ఉండు" అన్నానంటే – ఆందోళన, ఆతృత కలిగించే ఆలోచనలు లేకుండా ఉండేటట్టు ప్రయత్నించమని, మనస్సుని స్థిరంగా ఉండేటట్టు సాధన చేయాలని దాని అర్థం. నీ ఊహాలూ, వాదోప వాదనలు, మనోసౌధములు – వీటి చుట్టూ తిరగడం ఆపాలన్నదే నా ఉద్దేశం.

*శాంతిని సంపాదించట మెలా?*

"ప్రశాంతంగా ఉండు" అని మీరు అంటున్నారు కదా! మరి అలా ఉండడానికి ఏం చేయాలి? అని ఎవరైనా అడగవచ్చు. అటువంటి ప్రశ్న సమంజసమైనదే కూడా. ఎప్పుడు చెప్పినా, ఎవరికి చెప్పినా దాని జవాబు ఇంచుమించు ఒకేలా ఉంటుంది: దాని అవసరం ఉందని ముందు నువ్వు గుర్తించాలి. ఆ తరువాతనే దాన్ని కోరుకోవాలి. దానిపట్ల ఆకాంక్ష కూడా పెరగాలి. ప్రయత్నం అనేది అప్పుడుగాని ప్రారంభించ కూడదు.

ప్రయత్నం చేయడానికి అనేక విధానాలను చాలామంది అవలంబించి చూశారు – ఎంత తీవ్రంగా ప్రయత్నం చేస్తూంటే, అంత తీవ్రంగాను వారి మస్తిష్కంలో ఆలోచనలు గిర్రున తిరుగుతూ ఉంటాయి! దానితో వారికి మానసిక విశ్రాంతే లేకుండా

పోతుంది. గమ్యం చేరుకోకుండానే చాలామంది నీరుకారిపోవడా నికి ఇదే కారణం.

ఒక్కొక్కరిది ఒక్కొక్క మార్గం. వాళ్లు అసలీ ప్రశాంతత నెందుకు కోరుకొంటారు? ప్రాణం విసిగిపోవటం వలనా, లేక గీ గందరగోళంలోంచి బైటపడాలనా – కారణాలు ఏమైనప్ప టికీ – వారు ప్రప్రథమంగా మానసికశాంతి అవసరాన్ని గుర్తించి "ఇదే గదా నాకు కావల్సింది" అని అనుకోవాలి. ఆ తరువాత ఫలితం సాధించడానికి తెలుసుకున్న పాతపద్ధతులనో, కొత్తపద్ద తులనో నిరాఘాటంగా ప్రయత్నించవచ్చు.

**ప్రాణికంలో శాంతి**

అప్పుడు మనకు అవసరమైన శాంతి మరొకటి ఉందని వెంటనే గ్రహించ గలుగుతాం. అంతేకాదు అది – అత్యవసరమని కూడా గ్రహిస్తాం – అది ప్రాణిక సంబంధమైన శాంతి. అంటే కోరికలు లేక పోవడం అన మాట. ప్రాణికం కూడా అభివృద్ధి చెందాల్సిందే. లేకపోతే అది సహకరించకుండా సమ్మె చేస్తుంది. అది నిద్రలోకి ఒదిగి పోవడమైనా కావచ్చు. లేదా పని పట్ల విముఖత్వం చూపే సోమరితనమైన కావచ్చు. అప్పుడు "అబ్బా! నేను ఏమీ చేయ లేను. ఒక్క అడుగు కూడా వేయలేను. నాకు కావలసిన ప్రేరణ, ఉత్సాహం, తృష్ణ, ఉద్రేకం వంటి వాటిని నాకు కలిగించకపోతే – నేను అసలు కదల్లేను. ఏ పనినీ ఇక ఏమాత్రం చేయలేను" అంటారు. దానితో సమస్య సున్నితంగా తలెత్తి క్రమేపి అతిక్లిష్టంగా కూడా రూపొందవచ్చు. ఉత్సాహానికి దూరమై మందకొడితనా నికి మళ్ళావా – ఇంక అంతే! ప్రగతి మాట సున్నా. మందకొడి తనం, మత్తు, మగత మొదలైన వాటిని శాంతిగా అపార్థం చేసుకో కూడదు.

**శాంతి అంటే మందకొడితనం కాదు**

శాంతి (నిశ్చలత్వం) అంటే నిర్వ్యా పారంగా, మన్నుతిన్న పాములే కూర్చోటం కాదు. కలహం లేక పోవడం మాత్రమే కాదు. అదొక బలమైన ఆయుధము. పనిచేయ గల ఆయుధము. అది ప్రవర్తనని నియంత్రించగలదు. ప్రశాంత

వాతావరణాన్ని నెలకొల్పగలదు. ప్రతీ దాన్ని క్రమబద్ధం చేసే నిర్వాహణా పటిమ దానికి ఉంది.

నేను ఎవరితోనైనా "ప్రశాంతంగా ఉండు" అన్నాను అంటే దాని అర్థం – "వెళ్ళి నిద్రపో! మత్తులోకి జారుకో! చైతన్యం లేకుండా ఉండు. ఏ పనీ చేయకుండా సోమరిగా (స్తబ్ధంగా) ఉండు" అని కాదు. నిజానికి 'శాంతి' అనే దానికి అమితమైన శక్తి ఉంది. ఎంతో పుష్టి ఉంది.

ఎవరు బలంగా ఉంటారో, ఎవరు శక్తివంతంగా ఉంటారో వారే సదా ప్రశాంతంగా ఉంటారని సహజంగా ఎవ్వరైన చెప్ప గలరు. సరిగ్గా పరిశీలిస్తే బలహీనులే ఆందోళనకు లోనవుతారు. వారే బలవంతులుగా మారితే వెంటనే ప్రశాంతతను సంతరించు కుంటారు. హాయిగా నిశ్చలంగా ఉంటారు. వ్యతిరేక పవనాలను ఎదుర్కొనేందుకు అవసరమైన సహనశక్తిని సైతం కలిగి ఉంటారు.

శరీరానికి కూడ ఇది వర్తిస్తుంది. సింహాలు, పులులు, ఏను గులు వంటి జంతువులను మీరు జాగ్రత్తగా గమనించారో లేదో నాకు తెలియదు. నిజానికి అవి పనిలేనప్పుడు ఏమాత్రం కదలిక లేకుండా అతినిశ్చలంగా ఉంటాయి. ఎంతో ప్రశాంతంగా మనుమల వంక చూస్తూంటాయి. అవి మనుమలని చూసి ఏమనుకుంటాయో తెలుసా "వీళ్ల దుంపతెగ మనుమలెందుకని ఇంత పిచ్చెత్తి పోతూం టారు? కుదురుగా వుండలేరూ?" ఎంతో జ్ఞానిలా మౌనంతో అలా చూస్తూనే ఉంటాయి. వాటి శక్తి, బలం, శారీరక దారుఢ్యం అన్నీ సమాహారమై పదునుగా సంసిద్ధంగా ఉంటాయి. ఆందోళన ఛాయలు అసలు ఏమాత్రం కనిపించవు. అవసరం వస్తే రంగంలోకి దుమ కడానికి రెడీగా ఉంటాయి.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: పి. నాగేశ్వరరావు

# శాంతి స్థిరతలు నీ స్నేహితులు – వాటిని ఆహ్వానించు

*అంత గందరగోళంగా ఉన్న మనస్సుని శాంతపరచట మెలా? అది అసలు జరిగే విషయమేనా అని అనుమానం కూడా రావచ్చు. నిరంతర ప్రయత్నం వలన దానిని సాధించవచ్చు. గట్టి పట్టుదలతో ఈ 'శబ్ద కాలుష్యాన్ని' అరికట్టి ప్రశాంత వైభోగాన్ని అనుభవించవచ్చు. 'శాంతి శాంతి శాంతి' అని దాన్ని పిలవాలి. ఆలోచనలను ఏమాత్రం పట్టించుకో కూడదు. వాటిని నీకు సంబంధం లేని పరాయి వస్తువులవలె చూడాలి. నువ్వు శాంతిని ఒక స్నేహితునివలె మచ్చిక చేసికొని దాని సాన్నిధ్యాన్ని పొందుతూ ఉండాలి.* – సంపాదకుడు

ప్రశ్న: మనసులో స్థిరమైన శాంతిని, నిశ్శబ్దతను పదిలపరచుకోవడం ఎలా?

> *ఓం శాంతి శ్శాంతి శ్శాంతిః*

మొదట నీవు అది కావాలని తప్పకుండా అనుకోవాలి. తరువాత నిరంతర పట్టుదలతో ప్రయత్నాన్ని కొనసాగించాలి. ఇప్పుడు నేను చెప్పినదే చక్కని మార్గము. అయితే ఇతర విధానాలూ ఉన్నాయి. *మొదట నీవు ప్రశాంతంగా కూర్చోవాలి; అనేక విషయాలను గూర్చి ఆలోచిస్తూ ఉండరాదు. ప్రశాంతతను ఊహించుకుంటూ ఉండాలి. శాంతిని ఆకాంక్షిస్తూ 'శాంతి', 'శాంతి', 'శాంతి', 'ప్రశాంతి' అనుకుంటూ ఉండాలి. ఏదైనా భావన మనలను తాకినా కదిలించినా మనం మాత్రం శాంతిని మాత్రమే ఆకాంక్షిస్తూ ఉండాలి.* ఇతర ఆలోచనల వైపు మరల కూడదు, వాటికి చెవియొగ్గ కూడదు – తెలిసిందా? వచ్చే ప్రతి ఆలోచననూ నీవు పట్టించుకోరాదు. మనను ఎవరైనా అతిగా చికాకు పెడుతున్నప్పుడు వాళ్ళను, వదిలించుకోవాలనుకున్నప్పుడు, మనము విననట్లుగా మిన్నకుంటాము, ఔనా? సరే, నీవు నీ తల మరోవైపు త్రిప్పి వేరే అంశంపై ఆలోచిస్తున్నట్లుంటావు

(అమ్మ అభినయించి చూపుతారు) అలాగే చేయాలి: ఆలోచనలు వచ్చినపుడు నీవు *వాటివైపు దృష్టి మరల్చ కూడదు. వాటికి చెవి యొగ్గ కూడదు. వాటిని ఏమాత్రమూ పట్టించుకో కూడదు. అసలు అవి లేనే లేనట్లు ప్రవర్తించాలి.* అంతే కాదు, 'శాంతి', 'శాంతి', 'శాంతి', అని అదే పనిగా మననము చేసుకుంటూ ఉండాలి. అవును, నువ్వు అలాగే చేయాలి. ఈ విధంగా కొంతసేపు కొనసాగించి నీ పని నీవు చేసుకుంటూ పోవాలి. మరలా ఇలాగే సాధన సాగించాలి. పట్టుగా కూర్చొని ప్రయత్నించాలి. *ప్రాతఃకాలము నిద్ర లేస్తూనూ, రాత్రి నిద్రించబోయే ముందునూ ఇలాగే చేసుకొంటూ పోవాలి.* ఇది నీవు చేయగలవు కదా! నీవు ఆహారమును సక్రమంగా జీర్ణం చేసుకోవాలన్నా కూడ భోజనానికి ముందు కూర్చొని కొద్ది నిమిషాలు ఇలాగే చేయవచ్చును. నీ జీర్ణక్రియకు ఇది ఎంతగా దోహదపడుతుందో నీవు ఊహించ లేవు. *భోజనం ప్రారంభించబోయే ముందు ప్రశాంతంగా కూర్చొని కాసేపు 'శాంతి' 'శాంతి' 'శాంతి' అని అనుకో. అంతా ప్రశాంతమయిపోతుంది. శబ్దాలన్నీ ఎటో దూరంగా పోతున్నట్లు అనిపిస్తుంది.* (శ్రీమాత చేతులను ఇరువైపులా చాపి అభినయిస్తారు) ఇక నీవు ఈ పద్ధతినే కొనసాగించాలి. కొంత కాలానికి ఏ ప్రయత్నం లేకుండానే ఎల్లవేళలా ప్రశాంతతను పొందగలుగుతావు. అప్పుడు నీవు ప్రయత్నపూర్వకంగా కూర్చోవలసిన అవసరం ఉండదు. నీవు ఏమి చేస్తున్నా, ఏమి చెపుతున్నా అంతటా ప్రశాంతత నెలకొని ఉంటుంది. అంతా ఇక్కడ ఉంటుంది (శ్రీమాత నుదురు చూపిస్తూ అభినయిస్తారు) ఇలాగే ఉంటుంది. లోపలికి ప్రవేశించదు. కొన్ని సంవత్సరాల తరువాత నీవు ఎల్లపుడూ పరిపూర్ణ ప్రశాంతతలో ఉండగలవు.

> *ఆలోచనలను పట్టించుకోకూడదు*

> *శాంతి నీలో స్థిరనివాస మేర్పరచుకుంటుంది*

మొదట్లో రెండు మూడు నిమిషాలైనా మెల్లగా ప్రారంభించాలి. క్లిష్టమైనది ఏదైనా ప్రయత్నపూర్వకంగా సాధించాలి.

గురి ప్రశాంతంగా ఉంటూ ప్రయత్నించడం ఎలా? కానీ నిజానికి ఇది చాలా తేలిక. నీవు ఒక స్నేహితుణ్ణి పిలిచినట్లే. పిలిచిన తడవుగా అతడు వస్తాడు. అలాగే 'శాంతము', 'ప్రశాంతత' లతో నీ మైత్రిని పెంచుకో. వాటిని రమ్మని ఆహ్వానించు. అంతే!

సర్వోన్నతుడైన ఓ దేవా! మాకు ప్రశాంతతను నేర్పుము. ఆ మౌనములో మేము నీ శక్తిని పొంది నీ యిచ్ఛను మేము నెరవేర్చెదము గాక!

మూలము: శ్రీమాత
అనువాదము: కె.ఆర్.ఎల్. నరసింహారావు

# ప్రారంభకులకు హితం

*కొత్తగా యోగం మొదలిడిన సాధకులు సత్వర ఫలితాలకోసం ఆరాటపడ కూడదు. ఊరికే కలవరపడితే లాభం లేదు. మనకు కావలసినది బౌద్ధిక జ్ఞానం కాదు. అతీంద్రియ జ్ఞానం. చేతులు జోడించి వినీత మనస్కుడవై దైవానుగ్రహం కోసం, వెలుగు కోసం వేచి వుండాలి. నువ్వు పునీతుడవై, సంసిద్ధుడవై వున్నప్పుడు పైనుంచి జ్ఞానం దానంతట అదే దిగి వస్తుంది. నీకు సమస్య ఎదురైనప్పుడు కూడ నిశ్చల మనస్సుతో దృష్టిని పైకి మళ్ళించాలి. ఊరికే మథనపడ కూడదు. నీ కంటె అతీతమైన శక్తి నీ సమస్యను పరిష్కరిస్తుంది.*

– సంపాదకుడు

## *బాహ్యాంతరంగాల్లో నిశ్శబ్దము*

వ్యక్తి అభివృద్ధి దృష్టి నుంచీ, ఇంకా మార్గ ప్రారంభంలోనే ఉన్న వారి కోసం, అర్థం చేసుకొనే ముందు నిశ్శబ్దంగా ఎలా ఉండాలో తెలుసుకోటం అభివృద్ధిలో ఎంతో సహాయం చేసే వాటిలో ఒకటి – నిశ్శబ్దంగా ఏ విధంగా ఉండాలో, కేవలం బాహ్యంలో ఒక్క మాట కూడా అనకుండా ఉండటం

మాత్రమే గాక అంతరంగంలో నిశ్శబ్దంగా ఉండటం ఎలాగో తెలియటం. అందువల్ల తనకు సాధారణంగా ఉండే దురహంకారంతో మనస్సు తన అజ్ఞానాన్ని నిలబెట్టదు. అర్థం చేసుకోవటానికి శక్తిలేని ఉపకరణంతో అర్థం చేసుకోవాలని ప్రయత్నించదు. తన బలహీనతను తెలిసికొని సరళంగా నిశ్శబ్దంగా తెరుచుకుని, ప్రకాశాన్ని స్వీకరించే సమయం వచ్చే వరకు వేచి ఉంటుంది. ఎందుకంటే ప్రకాశం మాత్రమే, నిజమైన ప్రకాశం మాత్రమే దానికి అవగాహన ఇవ్వగలదు. అలా ఇచ్చేది మనస్సు నేర్చుకున్నదంతాగాని, అది పరిశీలించిందంతాగాని, జీవితానుభవం అంటూ అది పిలిచేదంతాగాని కాదు – అది ఏదో ఇంకొకటి, దానికి పూర్తిగా అతీతంలో ఉంది. దైవానుగ్రహానికి ప్రకటన అయిన ఆ ఇంకేదో, దాని లోపలనే అభివ్యక్తం అయ్యే వరకూ చాలా నిశ్శబ్దంగా అణకువగా మౌనంగా ఉండగలిగి అర్థం చేసుకునే ప్రయత్నం, అన్నింటినీ మించి నిర్ణయం చేసే ప్రయత్నం చేయకపోతే, విషయాలు చాలా వేగంగా ముందుకు పోతాయి.

మాటలన్నీ నీ తలలో ఉన్న భావాలన్నీ చేసే ధ్వని ఎంత చెవులు చిల్లులు పడేటట్లు ఉంటుందంటే, సత్యం తాను అభివ్యక్తం కావాలనుకున్నప్పుడు అది నీకు వినబడకుండా ఇది అడ్డు పడుతుంది.

### *సమస్యల పరిష్కారం నిశ్శబ్దం లోనే*

నిశ్చలంగా నిశ్శబ్దంగా ఉండటాన్ని నేర్చుకోటం.... పరిష్కరించ వలసిన సమస్య ఏదైనా నీకు ఉన్నప్పుడు నీ తలలో సంభావ్యత లన్నింటినీ, పర్యవసానా లన్నింటినీ తిరగనివ్వకుండా వాటి బదులు మంచిబుద్ధి కోసం వీలైతే మంచి బుద్ధి అవసరంకోసం, ఆకాంక్షతో నిశ్చలంగా ఉంటే పరిష్కారం చాలా తొందరగా వస్తుంది. నిశ్శబ్దంగా ఉన్నావు గనుక నీవు దాన్ని వినగలుగుతావు.

### *వెలుగుకోసం వేచి ఉండుట*

ఏదైనా కష్టంలో నీవు చిక్కుకున్నపుడు ఈ పద్ధతిని ప్రయత్నించి చూడు. వ్యాకులుడవై చురుకుగా పరిష్కారాలు వెదు

కుతూ అన్ని భావాలతో తలక్రిందులు కావటానికి బదులు, కల వరపడుతూ చికాకుపడుతూ నీ తలలోనే ఇక్కడికీ అక్కడికీ పరుగులు తీసే బదులు – నా ఉద్దేశం బాహ్యంలో అని కాదు. కారణం బాహ్యంలో ఆ విధంగా చేయకుండా ఉండగలిగేటంత లోకజ్ఞానం నీకు ఉంటుంది. నిశ్చలంగా ఉండు. నీ స్వభావాన్ని బట్టి ఉద్వేగంతోగాని, ప్రశాంతంగాగాని, లోతుగాగాని, విశాలంగా గాని వీటన్నింటినీ కలిపిగాని ప్రకాశాన్ని ప్రార్థించు. దాని రాకకు వేచి ఉండు.

ఈ విధంగా చేస్తే పోవలసిన దారి చాలా తగ్గిపోతుంది.

*

*నిశ్శబ్దం – ఓ, దాన్ని గురించి మాట్లాడటంకన్న ఆచరించటమే మేలు.*

ఇది చాలా కాలం క్రిందటే ఇక్కడ నాకు కలిగిన అనుభవం. నేర్చుకున్నదాన్ని తక్షణం వ్యాపింపజేసి ఉపయోగించాలని కోరటానికి ఉన్నతజ్ఞానానికి పరివర్తన చేసే ఫలితం రావటం కోసం చేతనైనంత నిశ్శబ్దంగా ఉండి దానితో సంబంధం కలిగి ఉండటానికీ మధ్య ఉన్న తేడా. నాకు దీని సజీవమైన అనుభవం కలిగింది.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: తెన్నేటి పూర్ణచంద్రరావు

**Crossing the immobile silence of her mind:...**
**It siezed on speech to give those flamings shape,**
**Made beat the heart of wisdom in a word**
**And spoke immortal things through mortal lips.**

**Sri Aurobindo**

**(Savitri, p. 553)**

# నిశ్చలతను అనుదినం కొన్ని నిమిషాలు అభ్యసించండి

*మనస్సును నియమించినప్పుడు అది మానసాతీత జ్ఞానమును గ్రహించగలదు. కనీసం దాని ఛాయలను చూడగలదు. ప్రతి రోజు నియమిత కాలంలో కొన్ని నిమిషాలు నిశ్శబ్దంగా వుంటే మంచిది. ఆలోచనలను అమాంతంగా ఆపివేయలేము కదా. అందుకని క్రమం తప్పకుండా అభ్యసించినట్లయితే ఫలితాలు కలుగుతాయి. నువ్వు మానసిక ప్రపంచాన్ని దాటి జ్ఞానభూమికలను అందుకోగలవు.* — సంపాదకుడు

చైనా, జపాన్, బర్మా దేశాలలో చిన్న చిన్న బౌద్ధులశాఖలు అసంఖ్యాకంగా ఉన్నాయి. ప్రతి ఒక్క శాఖ కొన్ని పద్ధతులను అవలంబిస్తుంది. మనస్సును నిశ్చలపరిచే ఏకైక అభ్యసన చేసేవి ఆ శాఖల్లో విస్తృతంగా ఉన్నాయి.

*మనస్సును నిశ్చల పరచుట*

ప్రతి నిత్యం, రాత్రిపూట కూడా తమ మనస్సును నిశ్చలపరుస్తూ వారు కొన్ని గంటలసేపు కూర్చుంటారు. వారి సాధన అంతటికీ ఇదే కీలకం – చంచలం కాకుండా గంటల తరబడి ప్రశాంతంగా ఉండటమెలాగో తెలిసిన ప్రశాంతచిత్తం. ఇది చాల సులభమని మీరు అనుకోకూడదు. వారికి ఏ ఇతర లక్ష్యము లేదు. ఏ ఒక్క ఆలోచన మీద వారు కేంద్రీకరించరు. ఇంకా బాగా అవగాహన చేసుకోవాలనీ, ఇంకా ఎక్కువ తెలుసుకోవాలనీ వారు ప్రయత్నించరు. ప్రశాంత చిత్తసాధన మాత్రమే వారి ఏకైక లక్ష్యము. ఈ ఫలితాన్ని సాధించేందుకు కొన్నిసార్లు ఏళ్లతరబడి కృషి చేస్తారు – మనస్సును నిశ్చలపరచి, దానిని సంపూర్ణంగా నిశ్చలం, అచంచలం చేసేందుకు కృషి చేస్తారు – 'ధర్మపథ'లో చెప్పినట్టుగా మనస్సు సమతులంగా లేనట్టయితే, భావాలు ఒకదాని వెంట మరొకటిగా, విధీ విరామం లేకుండా, కదులుతూ, పరస్పరం విరుద్ధమై, ఒకదాని నొకటి వ్యతిరేకిస్తూ,

...పోగానాలు చేసే భావాలు తలలో మెదలటం మొదలుపెడ ...యి (పై కప్పులో కన్నం పెట్టినట్టే). పైకప్పులోంచి ఇంట్లోకి ...రు చొరబడినట్టు అవాంఛనీయ కదలికలు చైతన్యంలోకి ఈ ...న్నాల్లోంచి ప్రవేశిస్తాయి.

### ప్రతి రోజూ అభ్యాసము

అది ఎలా ఉన్నా ఈ అభ్యాసం ప్రతి ఒక్క రికి సిఫార్సు చేయాలి. మనస్సు ప్రశాంతంగా, సమతులంగా, నిశ్చలంగా ఉండే ప్రయత్నం ...సం ప్రతి రోజు నిర్ణీత సమయాన్ని కేటాయించాలి. మానసి కంగా ఎంత ఎదిగితే అంత త్వరగా విజయవంత మవుతారనటం ప్రత్యక్ష సాక్ష్యం. మనస్సు ఎంత ప్రాథమిక స్థాయిలో ఉంటే విజయసాధన అంత జటిలమవుతుంది.

### ఆలోచనలకు మాట లవసరమా?

మనస్సుకు శిక్షణ లేకుండా అట్టడు గున ఉన్న వారు ఆలోచించాలంటే మాట్లాడటం అవసరం. వారు మాట్లా డితేగాని భావాలను క్రోడీకరించలేరు. భావప్రకటన లేకపోతే వారు ఆలోచించ లేరు. మేధావంతులలో కూడా ఆలోచించేం దుకు పదాలను మనస్సులో మెదిలించే వారున్నారు. పదజాలం లేకనే చింతన చేయగలిగేవారు నిజమైన చింతన చేస్తారు. అంటే వారు భావనతో సంపర్కం కలిగి వివిధ పదాలలో, పదసముదా యంలో ఆ భావనను ప్రకటించగలరు. ఇంకా ఉన్నత దశలు — ఎన్నో ఉన్నత దశలున్నాయి. పదజాలం లేకనే బుద్ధి కుశలతగల స్థితిని చేరుకోగల వారికి మనస్సును సమాధానపరచటం చాలా సులభం. బహిరంగ ప్రదేశంలో ప్రజలు తిరుగాడే రీతిని మన స్సులో మెదిలే పదజాలాన్ని నిరోధించి ఒకే భావం మీద మన స్సును కేంద్రీకరించగలరు.

ఈ విషయం నేను మరింత గట్టిగా చెపుతున్నాను. కొంత మందికి నేను silence ఇచ్చాను. కాని వారు తమ మేధాశక్తిని పోగొట్టుకొంటున్నామని వెంటనే కలవరపడ్డారు. ఆలోచనాశక్తి లోపించి మందబుద్ధులవుతామని వారు కలత చెందారు! నిరం తరం ఆలోచనలు కొనసాగించ గలగటం కన్న ఆలోచనలను

నంత బలవత్తరమై నీ చుట్టూ పరిభ్రమించే విషయాలను నీవ
గమనించకుండా చేయాలి.

*

| ఉన్నత జ్ఞానాన్ని గ్రహించుట |
|---|

వ్యక్తి తన చేతనను పై స్థాయికి తీసు కొని వెళ్ళడం అంటే సత్తయొక్క నిమ్న తలాల్లోనుండి దానిని ఊర్ధ్వానికి తీసు కొని రావడం, దానిని వెలుగులో, ప్రశాంతతలో, ఉన్నతవైజ్ఞానిక సామరస్యాలలో ఉంచటం. అంటే వ్యక్తి తన చేతనను తన సత్త ఉంచగలిగినంత సమున్నతంగా ఉంచి అధోస్థాయి సంచలనాల నన్నిటినుండి తాను విముక్తుడవటం. అట్టి చేతన అనేది ఉన్న ప్పుడు అది గ్రహించే ఆలోచనలు కూడా సహజంగానే సము న్నత స్థాయిలో ఉంటాయి. *ఆలోచన అనేది చేతనయొక్క ఒకా నొక రూపము మాత్రమే కానీ అది చేతనయొక్క మూలపదా ర్థము కాదు. అసలు ఆలోచనలే లేనటువంటి చేతన కూడా ఒకటి ఉంది.* దీనిపైన సమున్నతస్థాయిలో ఆలోచనారహిత చేతన ఉంటుంది. అందులో ఆలోచనలకు స్థానమే లేదు. అట్టి స్థితిలో విషయపరిజ్ఞానము సమగ్రంగానూ, పరిపూర్ణంగానూ చేత లలోగాని మాటలలోగాని వ్యక్తం కానటువంటిదిగానూ ఉంటుంది ఆలోచన అనేది చేతన యొక్క ఒకానొక ప్రక్రియ మాత్రమే!

*ప్రశ్న: "నిశ్శబ్దం పైనుండి దిగిరావటం వల్లనే తేలికగా స్థాపించబడుతుంది" అన్నారు కదా? "పైనుండి" అంటే ఏమిటి మదుమయీ?*

| జ్ఞానజ్యోతి దిగివచ్చుట |
|---|

అంటే ఊర్ధ్వచైతన్యపు స్థరాలనుంచి: చూడు *నీవు చేతనయొక్క ఊర్ధ్వక్షేత్రాల దిశగా ఉన్ముఖుడవై హృదయాన్ని తెరచి ఉంచితే ఆ శక్తి పైనుండి కిందకు దిగి నిమ్నస్తరాలలో తప్పకుండా ప్రశాంతతను నెలకొల్పుతుంది.* ఏలననగా నిమ్నస్తరాలు ఊర్ధ్వ శక్తికి లోబడి ఉంటాయి కనుక. ఈ శక్తి మనసుయొక్క ఊర్ధ్వ స్తరాలనుండి గానీ, ఇంకా పైనుండిగానీ, దానిని దాటి ఉన్న

అతిమానసం నుండిగానీ క్రిందకు దిగిరావచ్చును. ఆ విధంగా దిగి క్రిందిచేతనలో ప్రవేశించినపుడు ఒక సమున్నత తేజస్సు నిమ్నస్థాయి చేతనను చుట్టుముడుతుంది. అప్పుడది సహజంగానే ప్రశాంతం అవుతుంది.

### *మనస్సు ద్వారా జ్ఞాన ప్రసారము*

*నిజానికి మనసులో స్థిరమైన నిశ్శబ్దత నెలకొల్పడానికి ఇదియే ఏకైక మార్గము. అంటే వ్యక్తి ఉన్నతచేతన వైపు హృదయాన్ని తెరచి ఉంచి ఊర్ధ్వచేతన, శక్తి, వెలుగు నిమ్నచేతన వైపుగా దిగి దాన్ని స్వాధీనపరుచుకునేలా చేయాలి.* ఇది సంభవమైనపుడు నిమ్నమానసము స్థిరంగా, ప్రశాంతంగా, మౌనంగా ఉండగలదు. ఎందుకనగా సత్తను పూర్తిగా ఆవరించి పనిచేయు శక్తి ఇదే కనుక. *పైనించి ఈ శక్తి వచ్చి మనసు లోనికి చొచ్చుకొనిపోయి దానిని పనిచేయించడంవలన మనము మనసుయొక్క ప్రమేయం లేకుండానే వ్రాయడం, మాట్లాడటం మొదలైనవి చేయగలము.* మనసు కూడా ఒక ఉదాసీనమైన పరికరంగా మారిపోతుంది. నిజానికి నిశ్శబ్దాన్ని నెలకొల్పే విధానము ఇది ఒక్కటే. ఒక్కసారి దీన్ని సాధిస్తే నిశ్శబ్దాన్ని నెలకొల్పినట్లే. ఇక మనసు ఎప్పటికీ చలించదు. అది అభివ్యక్తమైనపుడు మనసు దాని ప్రేరణవలననే పనిచేస్తుంది. అది ఓ ప్రశాంత, మౌనక్షేత్రం వంటిది. పై శక్తి అందులోకి ప్రవేశించినపుడు మనసును ఏ ఆందోళనకూ గురిచేయకుండానే వ్యక్తము కాగలదు.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: కె.ఆర్.ఎల్. నరిసింహారావు.

**To where Mind motionless sleeps waiting Light's birth,**
**And came back quivering with a nameless Force**

**Sri Aurobindo**

(*Savitri*, p. 383)

# యథార్థ సద్య స్ఫూర్తి

*మనకు మనస్సు ద్వారా తెలిసిన జ్ఞానమంతా పరిమితమైనది. దీనిని అవిద్య అనవచ్చును. నిజమైన జ్ఞానముయొక్క స్వరూపమే వేరుగా ఉంటుంది. నీ మనస్సును నిశ్చలము జేసికొని ఊర్ధ్వోన్ముఖుడవైనప్పుడు, భగవంతుడు నిన్ను అనుగ్రహించినప్పుడు నీకది దొరుకుతుంది. నీవిక భగవంతునికి చక్కటి ఉపకరణము కాగలవు. నీవు దైవకార్యార్థివై ఉన్నప్పుడు నీకెప్పుడు ఏది కావాలో, దేనిని గురించి తెలుసుకోవాలో దానిని ఆయనే సమకూరుస్తాడు. అందుకని కష్టపడి విషయ పరిజ్ఞానమును పోగుచేసుకొని జ్ఞాపకముంచు కోవలసిన పనిలేదు.*

— సంపాదకుడు

*నేను జ్ఞానినేమీ కాదు. ఎందుకంటె నాకున్న జ్ఞానమంతా భగవంతు డిచ్చినది తప్ప — అదీ తన పనికోసం. నాకు కనిపించినది మంచో చెడో నాకెలా తెలుస్తుంది? అది రెండూ కాదు కనుక. అది తప్పూ కాదు, తర్కస్యమూ కాదు — కేవలం సత్యం.*

శ్రీఅరవిందులు (సూక్తులూ, ఆలోచనలూ)

"నేను జ్ఞానిని కాదు". జ్ఞానమార్గ గామినే జ్ఞాని అంటారు. మరి శ్రీఅరవిందు లంటారు: నేను జ్ఞానిని కాదు — నేను జ్ఞానాన్వేషినికాను కనుక. నన్ను నేను దైవాని కర్పించుకొన్నాను — *ఆయన కార్యకలాప నిర్వహణ కోసం. ప్రతి క్షణమూ — దైవానుగ్రహంతో ఏది తెలుసుకోవాలో అది నాకందుతుంది. ఎందుకంటె — ఆయన పనులు చక్కబెట్టటం కోసం.*

అదెంత చక్కటి స్థితి! అది పరిపూర్ణ శాంతమనస్కత. ఆ స్థితిలో జ్ఞానాన్ని కూడబెట్టుకోవలసిన పనేమున్నది? పునః పునః స్మరించదగ్గ భావజాలంతో పనేమిటి? కాలానుగుణంగా అవసరమైన యథార్థజ్ఞానం — కార్యనిర్వహణార్థం — బోధానిమిత్తం — సమస్యాపరిష్కారం కోసం నిష్పన్న మౌతున్నపుడు

వేల ఆలోచనలతో మనస్సును నింపుకోవలసిన అవసర మేము న్నది? మనస్సు శాంత మౌతున్నది. మెదడు నిశ్చలమౌతున్నది. ప్రతి విషయమూ స్పష్టంగా వుంది. ప్రశాంతంగా వుంది. నిశ్చలంగా వుంది. సరైన నిమిషంలో ఈశ్వర కారుణ్యం వెలుగురేఖగా చైతన్యాన్ని తాకుతుంది. అవసరమమైనదేదో దానంతటది తెలుస్తున్నది. అలాంటప్పుడు జ్ఞప్తి పెట్టుకోవలసిన అవసరమేమీ లేదే! జ్ఞానం కూడబెట్టవలసిన అవసరమేమిటి? ఆ రోజున ఆ క్షణంలో రావలసినదేదో వస్తున్నది. *ప్రతి నిమేషమూ నీ మనస్సు తెల్లకాగితంలాగా ఉంటే కావలసినదేదో దానిపై అక్షరాకృతి పొందుతుంది. ప్రశాంత నిశ్శబ్ద నిశ్చలస్థితిలోనే దైవీజ్ఞానసంపద సద్యః సమావిష్కృతి పొందుతుంది.*

*వినయసంపన్న నిశ్శబ్దమనస్కత – ఏకాగ్రమైన మనస్కత – బాహ్యాడంబరాలు లేని మనస్కత. ఆతురతలు ఆలోచనలూ లేని స్థితిలో, నిమిత్తమాత్రంగా ఉన్న స్థితిలో, – దైవరశ్మి భావమై అక్షరమై మనశ్చైతన్యంలో తళుక్కున మెరుస్తుంది. దానిని ప్రతిఫలింప చేస్తుంది.*

ప్రథమావశ్యకత – నిన్ను నీవు మరిచిపోవటం – నిరహంకార భూమికలో వుండటం. నిన్ను నీవు దైవానికి సమర్పించుకోవటం.

*అప్పుడు పరమేశ్వరునితో ఈ శరీరమంటుంది – నీవెలా నన్ను మలుచుకోవాలను కొంటున్నావో అలా మలచుకో. నాకేమి తెలుపాలను కొంటున్నావో అదే నా ఎరుక కందించు. నా కర్తవ్యమేదో నేనెలా చేయాలో అదే నాద్వారా చేయించుకో.*

*

ఈ సద్యః స్ఫూర్తి మీ కర్థం కావాలంటే రెండు ఉదాహరణలు చూడండి. ఒకటి – మీకిది తెలుసు ననుకుంటున్నాను. అది 1914 లో 'ఆర్య' ప్రత్రికకు శ్రీఅరవిందులు వ్యాసాలు వ్రాసిన పద్ధతి. ఆ వ్రాతలు మనఃసృష్టి కావు – మానసిక జ్ఞానమూ కాదు. వారు తమ మనస్సును నిశ్శబ్దం చేసి – ప్రశాంతభూమికలో టైపురైటరు దగ్గర కూర్చుండేవారు. అప్పుడు జరిగిందే

*మిటి? ఊర్ధ్వలోకాలనుండి వ్రాయవలసినదంతా చైతన్యంలోకి వచ్చి కూర్చునేది. వారు కేవలం టైపురైటరు పైన వ్రేళ్లాడించటమే. అంతా దానంతటది అక్షరరూపం ధరించేది. ఈ మౌన మనస్సులోకి జ్ఞానమూ తదభివ్యక్తీ ఊర్ధ్వ మనోభూమికల నుండి అవతరించేది.* 64 పేజీల 'ఆర్య' పత్రిక ఈ విధంగా ప్రతి నెలా వచ్చేది. ఇదంతా అతిమానసిక చైతన్యంనుండి సద్యోగ వినిర్గమనం వల్ల నిష్పన్నమయ్యేది.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: తుమ్మపూడి కోటీశ్వరరావు

## బలిష్ఠమైన అచలత

*భగవంతుడు నిశ్చలుడేకాని ప్రకృతి చేసే అవిరళ క్రీడవలన ఈ సృష్టిలో పైకి చంచలత్వమే కనబడుతుంది. మరి మనిషి కూడ అందులోని భాగమే కదా. చంచలమనస్సుతో నువ్వే పనీ సరిగ్గా చేయలేవు. నీ కెందుకీ శిక్ష? నీ ఆత్మ స్వరూపమును కనుక్కున్నట్లయితే ఏ బెడదా ఉండదు. అది అచలము. అప్పుడు నీ మనస్సుయొక్క స్వరూపమే మారిపోతుంది. అది నిశ్చలమౌతుంది. అప్పుడు నీకు చేతకాని పని అంటూ ఏమి ఉండదు.*

– సంపాదకుడు

*తగ్గించటానికి వీలులేని, రాజీలేని ఒక నిరపేక్షాన్ని, ఒక మలుపును, సమస్తమైన అంతారాత్మస్థాయిని మార్పుచేసే దృక్పథాన్ని గీత లక్షిస్తున్నది – ప్రాణికప్రేరణల మీద మానసిక నియమాన్ని కాదు. అమృతాత్మకు చెందిన బలిష్ఠమైన అచలతను.*

*– (యోగ సమన్వయము: శ్రీఅరవిందులు)*

ఇది పగటి వెలుతురంత స్పష్టంగా ఉంది. అమృతాత్మకు చెందిన బలిష్ఠమైన అచలస్థితిని గీత కోరుతోంది – మిగిలినదంతా రెండో

ష్టం. ఆత్మ తన అమృతస్థితిని తెలుసుకోవాలనీ ఆ విధంగా బలిష్ఠమైన అచలతను పొందాలనీ గీత వాంఛిస్తోంది.

**అచలతే కర్మలకు ప్రాతిపదిక**

కారణం అది వాస్తవం. అది అంతే. ఆత్మ అమృతస్థితిని తెలుసుకున్నప్పుడు సొంతం బలంతోనే తయారైన అచలత అయిపోతుంది. అచలత అంటే అది ఇక కదలదు. అయితే అది బలిష్ఠమైన అచలతేగాని జడత్వానికి అసమర్థతకు చెందిన అచలత మాత్రం కాదు. కర్మకు ఆధారమైన బలిష్ఠమైన అచలత. అంటే మనం చేసేదంతా ఈ శక్తిమంతమైన – సర్వశక్తివంతమైన – అమృతత్వంగల ఆత్మకు చెందిన అచలత పునాదిగా ఉంటుంది.

**ప్రత్యక్షంగా అనుభవించాల్సిందే**

కాని చూడండి! ఏ వివరణ అయినా కూడా దాన్ని మీకు ఇవ్వలేదు. నీకు అనుభవం కావాలి. ఎంతవరకు ఈ అనుభవం రాదో అంతవరకు ఇదేమిటో అర్థం చేసుకోలేము. ప్రతిదానికి ఇది ఇంతే. తల, చిన్నమెదడు అర్థం చేసుకోలేవు. అనుభవం కలిగిన మరునిమిషంలో అర్థం అవుతుంది. *అంతకు ముందు కాదు. ఒక విధమైన ఊహాకల్పితమైన భావం ఉండవచ్చు, కాని ఇది అవగాహన కాదు. అవగాహన కావాలంటే దాన్ని అనుభవించాలి.* నీ అమృతాత్మ నీకు తెలిస్తే దాని బలిష్ఠమైన అచలత ఏమిటో తెలుస్తుంది. అంతకు పూర్వం మాత్రం కాదు. అలా కాకపోతే ఇవన్నీ వట్టి మాటలు మాత్రమే.

అచలంగానూ బలిష్ఠంగాను ఒకేసారిగా ఎలా ఉండగలమో నీకు అర్థం కాలేదు. అదేనా నిన్ను కలవరపెడుతున్నది? సరే, నా ప్రత్యుత్తరం ఏమంటే మహత్తరమైన బలం అచలతలోనే ఉంది. అది ఎదురు లేని శక్తి.

**నువ్వు చలించకుండా ఉండాలి**

దీనికి ఒక చిన్న ఉదాహరణ. ఇది నీకు బహుశా అర్థం కావచ్చు. ఎవరో వచ్చి నిన్ను అవమానించారనుకో లేదా నీకు బాధ కలిగే మాటలు మాట్లాడారు అనుకో! ఈ ఆగ్రహంతో లేదా గం శత్రుత్వంతో అదే విధంగా నీవు కూడా స్పందించటం మొదలు

బెడితే బలహీనుడవు శక్తిహీనుడవు అయినావని అనిపిస్తుంది. సాధారణంగా అప్పుడు నిన్ను నీవే బుద్ధిహీనుడుగా చేసుకొంటావు. కాని నీ లోపల, ముఖ్యంగా నీ తలలో ఈ ప్రకంపనాలను స్వీకరించక నిరాకరించే సంపూర్ణమైన అచలతను నీవు అట్టిపెట్టుకోగలిగితే అప్పుడు అదే సమయంలో గొప్ప బలం వచ్చినట్లు అనిపిస్తుంది. అవతలి వ్యక్తి నిన్ను భంగపరచలేడు. నీవు చాలా నిశ్చలంగా భౌతికంగా కూడా ఉంటే నీ మీద హింసాప్రయోగం జరిగినా నీవు చాలా నిశ్చలంగా, చాలా నిశ్శబ్దంగా, ఏమాత్రం కదలిక లేకుండా స్థిరంగా ఉండలిగితే దానికి నీ మీద మాత్రమే కాదు. అవతలి వ్యక్తి మీద కూడా ప్రభావం కలుగుతుంది. అంతరంగ స్పందనకు చెందిన ఈ ప్రకంపనలు నీలో లేకపోతే, నీ లోపలా, ప్రతిచోటా, తిరుగులేని అచలతను కలిగి ఉంటే, దీనికి అవతలి వ్యక్తి మీద కూడ తక్షణ ఫలితం ఉంటుంది.

అచలతకు ఎంత శక్తి ఉందో దీన్నిబట్టి నీకు తెలుస్తుంది. ఇది ప్రతి దినమూ సంభవించే సాధారణ వాస్తవం. ఆధ్యాత్మిక జీవితానికి చెందిన గొప్ప సంఘటన ఏమీ కాదు. బాహ్య భౌతిక జీవితానికి చెందిందే.

> *అచలత్వమే శ్రీరామ రక్ష*

అచలతలో, మానసిక అచలత, ఇంద్రియ అచలత, భౌతిక అచలతలో, బ్రహ్మాండమైన శక్తి ఉంది. అసలు కదలిక అన్నదే లేకుండా ఒక గోడలాగా ఉండగలిగితే, ఎదుటి వ్యక్తి నీ మీదికి ఏది పంపించినా అది తిరిగి అతని మీదనే పడుతుంది. హత్య చేయబోయే వాని చేతిని కూడా అది ఆపుతుంది. అర్థమైందా! దానికి అంత బలం ఉంది. అయితే ఒకటి: పైకి అచలంగా కనిపిస్తూ లోపల ఉడికిపోతూ మాత్రం ఉండకూడదు. అది కాదు నేను అనేది – సమగ్రమైన అచలత.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: తెన్నేటి పూర్ణచంద్రరావు.

# ఈ నిశ్శబ్ద పుష్పము నీలో వికసించు గాక!

*అంతా నిశ్శబ్దమై ప్రశాంతమైనప్పుడే పరమేశ్వరుడు ప్రత్యక్ష మౌతాడు. ఏం జరిగినప్పటికి నువ్వు చలించకుండా ఉన్న ప్పుడు భగవంతుడు సాక్షాత్కరిస్తాడు. అన్ని పరిస్థితులలోను సమతతో వర్తించు. దైవము అభివ్యక్తమౌతాడు....* అయితే మేము నీ కోసం జరుపు అన్వేషణలో ఏ మాత్రం ఆత్రతగాని వేగిర పాటుగాని పనికి రావు. ఒకవేళ అలా చేసినట్లయితే మన మధ్య ఒక గోడ ఏర్పడుతుంది. ఇంకా చెప్పాల్నంటే మేము నిన్ను చూడాలని కూడ అనుకోకూడదు. ఎందుకంటె అది కూడ మన స్సును కలవర పెట్టటమే అవుతుంది. నీ నిరంతర సాన్నిధ్యం నిర్వివాదం. దానిని గుర్తించ గలిగిన ప్రశాంతత, ప్రసన్నత సంపూర్ణమైనప్పుడే గదా నీవు సర్వత్రా ద్యోతక మగుదువు. సర్వస్వము నీవే కదా. ఈ పవిత్రమైన ప్రశాంత వాతావరణంలో ఓ చిన్న భిన్నస్వరం చాలు, నీ అభివ్యక్తిని నిరోధించేందుకు. ఏ *మాత్రము తొందరపాటు పనికి రాదు. అశాంతి ఆతురతలు లేవు. అంతా నీవే. నీవుకాని వస్తువే లేదు. తర్కవిశ్లేషణ, మనస్సుతో ఊహాకల్పన లేనప్పుడు అంతా నీవే. నిస్సంశయంగా నీవే. ఎల్లెడలా ఓ పవిత్రమైన శాంతి, దివ్యమైన నిశ్శబ్దము.*

And that is better than all the meditations in the world.

*

*మనుషులు ఎంత వెర్రెత్తి పోతున్నప్పటికీ నిశ్శబ్దము రాణి స్తోంది. ఈ అత్యద్భుతమైన నిశ్శబ్దము ద్వారా నీ అభివ్యక్తే జరుగుతోంది. ఎంత రణగొణ ధ్వని ఉన్నప్పటికి ప్రతి ఒక్క వస్తువులోను ఈ నిశ్శబ్దత, నీ నైశ్చల్యము నిరంతరం నిన్నే అభివ్యక్త పరుస్తున్నాయి.* చెవి ఒగ్గి వింటే ఆ నిశ్శబ్దవాణి వినబడు తుంది కూడ! అది మనలో వికసించి వెలుగును శాంతిని కొని వచ్చు గాక. పరిసరములకు కూడ ప్రసారమై వాటిని పునీతము గావించు గాక.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: ఆర్.ఎల్.ఎన్. శాస్త్రి



"...ఆమె వెలుగుల దరహాసము
ప్రశాంత భువనములను ప్రదీప్తము కావించెను.
సర్వము ఓ యజ్ఞము, ఓ క్రతువు ఆయెను."

# ఆచరణ మార్గాలు

*ప్రశ్న: ఏం చదవకుండా, ఏమీ చేయకుండా, నిశ్చలంగా ఉంటే మంచిదని ఒక్కొక్కప్పుడు అనిపిస్తుంది. కాలాన్ని వృథా చేస్తున్నట్లు భావిస్తాను. నేనేం చేయాలి?.*

అది నిశ్చలత యొక్క ప్రమాణం మీద ఆధారపడుతుంది. దృఢమైన చైతన్యవంతమయిన ఏకాగ్రత, తేజోవంతమయిన నిశ్చలత మంచివే. తామసమయిన, అచేతనమయిన నిశ్చలత చాల హాని కరము.

*

*ప్రశ్న: చాలసేపు ధ్యానప్రయత్నం చేశాక చాల అలసిపోయి విశ్రాంతి అవసర మనిపిస్తుంది. ఎందుకని? ఈ పరిస్థితిని మార్చుటమెలా?*

నీవు కష్టంగా తన్నుకుంటున్నంతసేపు అది ధ్యానం కానేరదు. ఈ పరిస్థితిని గంటల తరబడి కొనసాగించినా ప్రయోజనం లేదు. నీ మనస్సును కుదుటబరచాల్నంటే నువ్వు నీటిమీద తేలియాడే కొయ్యపలక మాదిరి విశ్వ శక్తితరంగాల మీద తేలియాడాలి అంతే. మనస్సు చేసే ప్రయత్నం ఎన్నటికీ నిశ్చలంగా ఉండదు.

*

మొదట మనస్సుకి, చేతనకిగల తేడా అనుభవపూర్వకంగా తెలుసుకోవాలి.

*

*మనస్సుకు ఏం శక్తిలేదని, అది ఏం చేతకాని దద్దమ్మనీ నువ్వు తెలుసుకున్నట్లయితే నీలో నిశ్చలత ఏర్పడుతుంది. దానికి మించిన మహాచైతన్యం పైన ఉందనీ, దానికి జ్ఞానంతో పాటు శక్తికూడ ఉందనీ, అతిచిన్న విషయాన్ని కూడా అది సూక్ష్మాతిసూక్ష్మంగా చూస్తుందనీ, విచారించి పరిష్కార మిస్తుందనీ విశ్వాసం నీలో దృఢపడుతుంది.* విశ్వాసం దృఢపడినప్పుడు నీవు వ్యక్తిగతంగా కల్పించుకోకుండా దాన్ని "నా స్థానం స్వీకరించు" అని ఆహ్వానించాలి.

*

కొంతవరకు వికసించి, క్రియాత్మకమైన మనస్సుగల చాలమందిలో మనస్సు ప్రశాంతంగా ఉండదు. పగటిపూట మనస్సు కొంత అదుపులో ఉన్నా, రాత్రిపూట శరీరం నిద్రావస్థలో ఉన్నప్పుడు అసలు ఉండదు. మితిమీరిన కార్యకలాపాలతో మానసిక ఒత్తిడి ఎక్కువై అలసట ఏర్పడి మేధాశక్తి తరిగిపోతుంది.

మానవశరీరంలోని అన్ని అంగాలవలె మనస్సుకు కూడ విశ్రాంతి అవసరం. విశ్రాంతి నివ్వటం మనకు తెలిస్తేనేగాని మనస్సు నెమ్మదించదు. మనస్సుకు విశ్రాంతి నివ్వడం నేర్చుకోవాలి. ఒకే పని చేస్తూ విసుగెత్తిపోకుండా పనులలో వైవిధ్యం విశ్రాంతి నివ్వడంలో ఒక పద్ధతి. నిశ్చలత ఉత్తమమయిన విశ్రాంతి. మనస్సుకు సంబంధించినంత వరకు గంటల తరబడి నిద్రించడం కన్నా నిశ్చల ప్రశాంతతలో కొన్ని నిమిషాలు గడపటం ఇంకా మంచిది.

*

ఉద్రిక్తతను సడలించేందుకు పదినిమిషాల సేపు నిజమైన, అంతర్గత, బహిర్గత స్థిరత ప్రపంచంలోని అన్ని రకాల చికిత్సలకన్న ఎక్కువ ఉపయుక్తము. దిట్టమయిన సహాయం నిశ్చలతలో ఉంది.

*

*ప్రశ్న: భౌతికచైతన్య నిశ్చలత[1] (silence of the physical consciousness) అనగా నేమి? ఈ నిశ్చలతలో ఎలా ఉండ గలము?*

భౌతికచైతన్యం శరీరచైతన్యం మాత్రమేగాక మన చుట్టూ కూడా ఉంటుంది – అంటే మన ఇంద్రియాలతో మనం చూడగలిగినదంతా రికార్డు చేసి మరుప్రసారం చేసేందుకు భౌతికచైతన్యము ఒక సాధనము. బయటనుండి వచ్చే అన్ని సంబంధాలను, తాకిడులను ఈ చైతన్యం ఎదుర్కొంటుంది. సుఖదుఃఖాలను పొందుతుంది. వాటిని ఆదరిస్తుంది లేదా తిరస్కరిస్తుంది. మన శరీరంలో

---

[1] శ్రీఅరవిందులు – లైఫ్‌డివైన్ (దివ్యజీవనము)

జరిగే నిరంతర కార్యకలాపాలవలన కలిగే గొడవకి అలవాటు పడి ఉన్నందున మనం వాటిని కొంతవరకే గుర్తించగలుగుతాం.

*ధ్యానం లేదా ఏకాగ్రత ద్వారా మనం అంతర్ముఖులయి లేదా ఊర్ధ్వోన్ముఖులయి స్థిరతను, శాంతిని, అచంచలతను చివరకు నిశ్చలతను నిలపటమో లేదా వాటిని అధిగమించటమో జరుగుతుంది.* అది మూర్తమంతమయిన వాస్తవమయిన నిశ్చలత (శబ్దరహిత నిశ్చలత కాదు) కొనసాగినంత కాలం ఈ నిశ్చలత మార్పు చెందదు. పెనుతుఫానులోగానీ, రణరంగంలోని బాహ్యా కల్లోలంలో కూడా ఈ నిశ్చలతను అనుభవింపవచ్చు. ఈ నిశ్చలత అచంచలతకు సమానార్థకము, అతిశక్తివంతమయినది. అంతర్గతంగా మితిమీరిన క్రియ, శబ్దము మామూలుగా మన అదుపు తప్పి రాత్రింబగళ్ళు కొనసాగుతాయి. దీనినుండి ఏర్పడే అలసట, ఉద్రిక్తతలకు ఈ నిశ్చలతే వాస్తవమయిన గట్టి పరిష్కారము.

అందువలననే యోగాభ్యాసన చేయదలచిన వారు స్థిరతను, అచంచలతను, నిశ్చలతను తమలో మొదట ఏర్పరచుకోవాలి.

*

*ప్రశ్న: సాధనను వేగిరపరిచేందుకు నేను ఏం చేయాలి?*

స్థైన సూచన కోసం మౌనంగా వేచి చూడు: మానసిక జోక్యము, నిర్ణయాలు మోసం; మనస్సు నిశ్చలమైనప్పుడే స్థైన సూచనలు వస్తాయి.

*

(తప్పుడు సూచనలనుండి తప్పించుకోవడ మెలాగని సాధకుడు ఒకరు అడిగారు)

దృష్టిని కేంద్రీకరించి మనస్సును దాటి వెళ్లటయే స్థైన మార్గం.

నిశ్చలతతో పాటు ధ్యానం.

*

నిశ్చలత లోనే అత్యున్నతమైన గ్రహణశక్తి ఉంటుంది. చపలం లేని నిశ్చలతలో పని బాగా జరుగుతుంది. భగవంతుడు మనలను చక్కగా ఉపయోగించుకునేందుకు నిశ్చలంగా ఉండటం నేర్చుకుందాం.

*

నిశ్చలత, స్థిరత, శాంతి అంటే చాలమందికి భయం. సందడిగా లేకపోతే వారికి సజీవంగా ఉన్నట్టనిపించదు.

శ్రీఅరవిందుల అనుగ్రహంవలన నిశ్చలతను పొంది, మనస్సును నిశ్చలపరచుకున్న అనేక సందర్భాలలో ఆ వ్యక్తి నిస్పృహతో అరవిందుల చెంతకు తిరిగివచ్చి "నేను మూర్ఖుడనయ్యాను" అన్నాడు. ఎందుకంటే ఆయన మనస్సులో ఆలోచనలు పరిగెత్తటల్లేదు. స్వేచ్ఛను కోరినప్పటికి వారు బంధాలను ప్రేమిస్తున్నారు. బంధాలను తొలగించి, వాస్తవమైన స్వేచ్ఛామార్గాన్ని చూపాలంటే వారు తఱచు భయపడి పోట్లాడుతారు కూడా.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: జె. మంగమ్మ

# శూన్యం – నూతన చైతన్యానికి సోపానం

*శూన్యం యొక్క నిజస్వరూపమేమిటో నువ్వు తెలుసుకోవాలి. యోగమనగా మానవ చైతన్యమును దాటి దివ్యచైతన్యమును పొందుట. ఇది జరగాలంటే మనిషికి ఇంతవరకు అలవాటైన పాత మనోప్రాణిక ధోరణులన్నీ మారాలి. అవన్నీ పోయి శూన్యమేర్పడాలన్న మాట. ఆ శూన్యం లోకి పైనుంచి జ్ఞానం దిగుతుంది; శాంతి, విశాలత, వెలుగు, ఆనందములు ఆ చోటును ఆక్రమించుకుంటాయి. అవి ఉన్నత చైతన్యము యొక్క లక్షణములు.*

– సంపాదకుడు

*శూన్యత దివ్య చైతన్యానికి నాంది*

మనస్సుయొక్క చాంచల్యం సమసిపోయినపుడు శరీరంలో ఒక బిగువు ఏర్పడుతుంది. దానిని చూచి నువ్వు భయపడకూడదు. ఆ భయాన్ని ముందు నువ్వు త్రోసిపుచ్చాలి. నిన్ను ఆవరిస్తున్న శూన్యం మహాప్రశాంతికి చెందిన నిశ్శబ్దం. ఈ నిశ్శబ్దంలో నువ్వు నీ ఆత్మ వైపు ఉన్మీలనమై, ఆ ఎరుక నీలో

కలుగుతుంది. శరీరంలో బంధింపబడిన అత్యల్పమైన అహం కాదు అది. విశ్వమంత విశాలమైన ఆత్మగా గుర్తిస్తావు. చైతన్యం రద్దు కాదు. చైతన్యపు పరిధులు, పరిమితులు అంతర్ధాన మవుతాయి. ఆ నిశ్శబ్దంలో ఆలోచనలు కొద్దికాలం ఆగిపోతాయి. *ఒక మహనీయ, అనంత స్వేచ్ఛ, విశాలత్వంగా భాసించే ఆ నిశ్శబ్దంలోకి ఊర్ధ్వ భూమికల నుండి అనంతశాంతి, తేజస్సు, జ్ఞానం, ఆనందం, మరింత ఉన్నతమైన చైతన్యం అవరోహిస్తాయి.* ఆ స్థితిలో నువ్వు దైవంతో ఏకత్వాన్ని అనుభవిస్తావు. అది పరివర్తనకు నాంది. అందులో భయపడవలసిన అగత్యం ఏదీ లేదు.

*

## *నవచేతనకు ద్వారము*

నిన్న నీవు నీ లేఖలో వర్ణించిన శూన్యం చెడ్డదేమీ కాదు. యోగ మార్గంలో ఈ బాహ్యాంతర్గత శూన్యం ఒక కొత్త చైతన్యానికి మొదటి సోపానం అవుతుంది. మానవస్వభావం బురదనీటితో నిండిన పాత్ర వంటిది. ఈ బురదనీటిని తీసేసి, దివ్యసోమామృత రసధారలతో నింపడానికి ఆ పాత్రను పరిశుభ్రం చేయాలి. ఖాళీ చేయాలి. మానవ భౌతిక చేతన ఈ ఖాళీని భరించడం కష్టంగా భావిస్తుంది. అదే అసలు సమస్య. అత్యల్పమైన మానస, ప్రాణిక కదలికలు అనేక రకాలు ఈ చేతనలో నిండి వుంటాయి. ఇవన్నీ ఆ చేతనకు ఆసక్తిని, వినోదాన్ని కలిగిస్తుంటాయి. బాధల్లోనూ, కష్టాలలో కూడా అవి క్రియాత్మకంగా పని చేస్తుంటాయి. ఈ కదలికలు నిలిచిపోవడాన్ని ఆ చేతన భరించ లేదు. పాత ధోరణులు, ప్రవృత్తులు, కదలికల పట్ల చేతనకు ఆసక్తి ఉంటుంది.

ఈ అశాంతివల్ల నిశ్చలత్వం చెదిరిపోతుంది. బయటకు నెట్టివేసిన ప్రవృత్తులను చేతన తిరిగి తెచ్చుకుంటుంది. మళ్ళీ సమస్యను సృష్టిస్తుంది. అంతరాయం కలిగిస్తుంది పురోగతికి. నిజమైన చైతన్యానికి, కదలికలకు ఈ శూన్యాన్ని నువ్వు ఒక మార్గంగా అంగీకరిస్తే, అంతరాయాన్ని తొలగించడం తేలిక అవుతుంది.

*

తొలిదశలో సాధకునికి అది శూన్యంగా కనిపిస్తుంది. ఎందుకంటే సాధారణంగా ప్రతివ్యక్తి జీవితాన్ని ఆలోచనలు, సంవేదనలు, కదలికలు, రూపాలు, వస్తువుల సమాహారంగా భావిస్తాడు. మరి ఇవన్నీ ఆ శూన్యంలో ఉండవు గదా. కాని నిజానికి అది శూన్యం కాదు.

*

శూన్యం అనేది చెడ్డదేమీ కాదు. అసంతృప్తి చెందిన ప్రాణికంలో విచారగ్రస్తమైన అలజడితో కూడిన శూన్యమైతే, అది చెడ్డదిగా భావించాలి. సాధనలో సర్వసాధారణంగా ఈ శూన్యం ఒక స్థితినుండి మరోస్థితికి మారేటప్పుడు అవసరమైన దశగా పరిగణించాలి.

### ఆలోచనల ప్రతిష్టంభన

మనస్సు, ప్రాణికం నిశ్చలమైనప్పుడు, వాటి శాంతిరహిత కదలికలు, ఆలోచనలు కోరికలు నిలిచిపోయినప్పుడు సాధకుడు అంతా శూన్యంగా భావిస్తాడు. ఇది మొదట తటస్థంగా, శూన్యంగా ఉంటుంది. అందులో ఏమీ ఉండదు. మంచిగాని, చెడుగాని, సంతోషంగాని, దుఃఖంగాని, సంకల్పంగాని కదలిక కాని ఉండవు. ఈ స్థితి అంతర్గత అనుభవానికి ఉన్మీలన మవుతుంది.

శాంతి, నీరవతతో కూడిన శూన్యం కూడా వుంది. లోపల వున్న చైత్యపురుష శ్రేణి నుండి శాంతి, నిశ్శబ్దం ప్రభవిస్తాయి. లేదా ఉన్నతచైతన్యభూమికనుండి అవరోహిస్తాయి. ఇది తటస్థ (neutral) శూన్యం కాదు. ఎందుకంటే అందులో శాంతి వుంది. ఒక విశాలత్వం, ఒక స్వేచ్ఛ వుంటాయి. ఒక ఆనందమయమైన శూన్యం కూడా ఉంది. అందులో ఏమీ లేకపోయినా, ఏదో సమీపిస్తున్నదన్న భావన ఉంటుంది. ఉదాహరణకు జగన్మాత సామీప్యత లేదా అనుభవాన్ని సంసిద్ధం చేస్తున్న మరేదైనా.

*

### మొదట పాత వ్యవహారాలన్నీ పోవాలి

ఆత్మసిద్ధి పొందినప్పుడు శూన్యం ఉన్నత చైతన్యపు లక్షణంగా ప్రాణికానికి కనిపించినప్పటికీ,

అది నిజం కాదు. కార్యకలాపలు లేనిదంతా ప్రాణికానికి శూన్యంగా కనిపించడమే దానికి కారణం. మనస్సు, ప్రాణికం, భౌతికాన్ని ఆవరించే శూన్యం ఊర్ధ్వభూమికలనుండి విశిష్ట విభూతులు (సత్య సాక్షాత్కారం వగైరా) అవరోహించడానికి అక్కడి ప్రదేశాన్ని ఖాళీ చేయడానికి ప్రత్యేకంగా ఉద్దేశించబడింది.

*

శూన్యం ఏర్పడినప్పుడు, ప్రతిసారీ ఆ చోటంతా విభూతుల ప్రాభవంతో నిండిపోతే నిండిపోనూవచ్చు. లేకపోనూవచ్చు. అది సాధనదశపై ఆధారపడి ఉంటుంది. శూన్యం తరుచు రావచ్చు. (అవరోహణకు ముందు) చాలా కాలం నిలిచి వుండవచ్చును. శూన్యాన్ని నిశ్శబ్దం, శాంతి, మహాశక్తి, జ్ఞానం పూరించవచ్చును. ఇవన్నీ మనస్సును మాత్రమే నింపవచ్చును; మనస్సును, హృదయాన్ని నింపవచ్చు; లేదా మనస్సు, హృదయం, ప్రాణికాలను లేదా అన్నింటినీ నింపవచ్చును. ఈ కార్యక్రమము యాంత్రికంగా ఒక నియమాన్ని అనుసరించి జరగదు.

*

ప్రాణికానికి (vital) శూన్యం గిట్టదు. ఈ విషయంలో ప్రాణికం నీకు సహకరించదు. ఆత్మ మాత్రమే మానసిక తదితర కార్య కలాపాలు ఏవీ లేని నిశ్శబ్దంలో ఒక స్వేచ్ఛను, విముక్త స్థితిని అనుభవించగలదు; తనను గురించి తాను తెలుసుకోగలదు. శూన్యం యథార్థ స్వరూపం కావాలంటే, సాధకుడు పురుషుని లోనికి లేదా సాక్షీభూత చైతన్యంలోకి ప్రవేశించి తీరాలి.

భౌతికపదార్థం లక్షణం ఏమిటంటే తనలోని జడత్వాన్ని శూన్యంగా భావిస్తుంది. నిజమైన శూన్యం ఏమిటంటే – “ఆర్య” పత్రికలో నేను వ్రాసిన “సమ” (sama) స్థితి – చిరంతన ఆత్మ లోని శాంతి, విశ్రాంతి, నీరవత. ఈ ‘సమ’ స్థితి భౌతికజడత్వం, తమస్సు స్థానాన్ని ఆక్రమించాలి. తపస్సు లేదా దివ్యశక్తి (divine force) సంకుచితమై ఏ విధంగా రజస్సుగా మారిందో, అదే విధంగా సమస్థితి తమస్సుగా మారింది.

మహాశక్తి సత్కార్యకలాపాన్ని రజస్సుగా ప్రాణికం ఎలా పరిగణిస్తున్నదో (స్వీకరిస్తున్నదో) అలాగే భౌతికచైతన్యం తన దైన జడత్వాన్ని, నిజమైన చైతన్యపు నీరవత, శాంతి, విశ్రాంతిగా పరిగణిస్తున్నది.

*

నిశ్శబ్దం అనగా నీరసం కాదు. నిశ్శబ్దంలో సమస్తశక్తి నిబిడీకృతమై ఉన్నది. నిశ్శబ్దం పట్ల నీ దృక్పథంబట్టి, శారీరక చైతన్యం నుండి శక్తిని స్వీకరించే స్వభావం ఉండే అవకాశం ఉన్నది. అదే భౌతికజడత్వాన్ని తెస్తుంది.

*

'శూన్యం' అంటే నిర్మలమైన పరిశుద్ధమైన కేవల అస్తిత్వం. అది లేకుండా నిశ్శబ్దబ్రహ్మాన్ని ఏ సాధకుడూ సాక్షాత్కరింప చేసుకోలేడు.

*

*శూన్యమనేది ఆత్మస్థితి – అది స్వేచ్ఛామయం, సువిశాలం, పరమనిశ్శబ్దం. మనస్సుకు అది శూన్యంలాగే కనిపిస్తుంది. కాని నిజానికి అది కేవల అస్తిత్వం, కేవలచైతన్యం – శాంతితో కూడిన సత్తు, చిత్తు.*

మూలం: శ్రీఅరవిందులు
అనువాదం: యజ్ఞన్న

"Beyond Personality the Mayavadin sees indefinable Existence; I followed him there and found my Krishna beyond in indefinable Personality"

– Sri Aurobindo

# నిశ్శబ్దంగా వుండి అర్థం చేసుకోవటమెలా?

*ప్రశ్న: మనస్సుని నిశ్శబ్దం చేసుకోని వినటమెలాగో సెల వియ్యండి?*

చెప్పిన విషయాన్ని శ్రద్ధగా వినాలి. నీ బుద్ధినంతా పాఠం మీద కేంద్రీకరించినట్లయితే అది బాగా అర్థమౌతుంది. అప్పుడు నీ మనస్సు దానంతట అదే నిశ్శబ్దమౌతుంది.

*ప్రశ్న: శ్రీమాతా, సంగీతాన్ని వినేందుకు సరైన పద్ధతి ఏది?*

నువ్వు సంగీతం శ్రద్ధగా వినదలచుకుంటే కదలకుండా మెదలకుండా ఉండాలి. *నువ్వు ఆ సంగీతాన్ని రికార్డు చేసే ఒక యంత్రమే అనుకో. కదలకుండా చెవులు అప్పచెప్పి కూర్చున్నట్లయితే దాని మూలభావం నీలోకి ప్రవేశించి లోపల పొరలను ప్రదీప్తము చేస్తుంది.* కొంతకాలం తరువాత అది నీ మీద వేసిన ముద్ర నీ మనస్సులో మెరుస్తుంది.

*వినేందుకు సరైన పద్ధతి... నువ్వు ఒక నిర్మలమైన అద్దమే అనుకో – నీ మనస్సును దానిమీదనే లగ్నం చేసి మౌనం వహించినట్లయితే అది నీలో చక్కగా ప్రతిబింబిస్తుంది.* సంగీత ప్రియులు – సంగీత విద్వాంసులు, రాగకర్తలు, సంగీతోపాసకులు – సంగీతం ఎంత శ్రద్ధగా వింటారో తెలుసా? స్థిరాసీనులై ఒళ్ళంతా అప్పజెప్పి కదలకుండా కూర్చుంటారు. లోతైన విషయాలు ఏవైన అర్థం చేసుకొనుటకు పద్ధతి ఇదే. *మనస్సులో ఆలోచనలు లేకుండా నిశ్శబ్దంగా వుంటే మరీ మంచిది. అంతర్ద్వారాలను తెరిచేందుకు ఇది ఎంత మంచి మార్గమో చెప్పలేను.*

*ప్రశ్న: మధుమయీ మీ పుస్తకాలు, శ్రీఅరవిందుల రచనలు మనస్సుయొక్క ప్రమేయం లేకుండా తిన్నగా చేతనలోకి ప్రవేశించాల్నంటే ఎలా చదవాలి?*

నా రచనలు అందరూ మాట్లాడే మామూలు భాషలో వుంటాయి కనుక వాటిని అర్థం చేసుకోవటం అంత కష్టమైన పనేమీ కాదు. శ్రద్ధగా ఏకచిత్తాగ్రతతో సహృద్భావంతో విషయాన్ని గ్రహించాలి అనే పట్టుదలతో చదివితే అర్థమైపోతాయి.

శ్రీఅరవిందుల పుస్తకాలు అర్థం చేసుకోవటం కొంచెం కష్టమే. ఎందుకంటే వారి భాష తాత్త్వికము. శైలి ఉన్నతము.

వాటిని అర్థం చేసుకునేందుకు మెదడును కొంచెం పదును పెట్టుకోవాలి. అది కొంతకాలం పడుతుంది. వారి గంభీరమైన రచనల్లోని గూఢార్థమును గ్రహించగల ప్రతిభ స్వతహాగా ఏ కొద్దిమందికో తప్ప ఉండదు.

ప్రతిసారి కొంచెం కొంచెమే చదవాలి. మనసును నిర్మలంగా ఉంచుకుని, ప్రశాంతచిత్తుడవై ఉండాలి. వెంటనే అర్థం చేసుకోవాలనే ఉబలాటం పనికిరాదు. *మెదడును నిశ్శబ్దంగా ఉంచడానికి తగినంత ప్రయత్నం చేయాలి. అప్పుడు మీరు చదువుతున్న రచనలోని శక్తి మీ అంతరాంతరాల్లోకి ప్రవేశిస్తుంది; అక్కడ మెరుపులు మెరుస్తుంది.* అవసరమైతే అర్థం చేసుకోగలిగిన కొత్త జీవకణాలను సృష్టిస్తుంది. ప్రతి రోజూ ఇలా చదువుకుంటూ పోతే కొన్నాళ్ళ తరువాత అది చాలా స్పష్టంగా అర్థమవుతుంది. అంతేకాదు. అందులోని భావము మనకు సన్నిహితమై ఇంతకు ముందే సుపరిచితమైనట్లుగా భాసిస్తుంది.

రోజూ కొంచెం కొంచెం చదవడమే మంచిది. అదికూడా సాధ్యమయినంత వరకూ ఒకే సమయంలో చదవాలి. అది బుద్ధి యొక్క గ్రహణశక్తిని పెంచుతుంది.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: ఆర్.ఎల్.ఎన్. శాస్త్రి

**Attuned to Silence and to the world-rhyme,
They loosened the knot of the imprisoning mind;**

**Sri Aurobindo**

(*Savitri*, p. 381)

# తెలియవలసిన పరమసత్యము –
# చేయవలసిన నిత్యకర్మము

నిరపేక్ష ప్రశాంత మౌన సాగరాన కలయు వేళ,
నిస్సంగము నందు ఆత్మదర్శనంబు చేయు వేళ,
నిశ్చలత్వ కుడ్య మొకటి వేరుజేయు జగమునుండి,
ప్రశాంత సింధు శాఖలోన ప్రవృత్తులన్ని అణిగిపోవు.

శ్రమపడి ఇంద్రియజాలములల్లిన హరివిల్లులన్ని
ఆభాస రూపబింబంబుల సత్యమని భ్రమింపజేయు,
ఆత్మ పొందు పరమశాంతి అంబరంబు చుట్టివేయు
మనసున కందని తత్త్వము, అభావమై మిగిలిపోవు.

దేశ కాలమ్ముల కతీతమై నామరహితమై నిలచియుండు.
జీవవహన క్లేశమపుడు భారమై బంధింపదు,
చిత్తవృత్తి ప్రకోపంబు నిరోధింపబడును,
ద్వంద్వంబుల విజృంభణ స్వస్తి చెప్పి కదులు,
అహమెల్ల నశించిపోవ, దేహతాపము లన్నియు దీరును.

జనన మరణ చక్రభ్రమణ మందు చిక్కుకొనవు,
కర్మ పద్మవ్యూహమందు పోరాటమింక లేదు.
అయినను సంబరపడుటకు సమయమిద్ది కాదు!

అవధులు లేనట్టి మౌనసీమలో మెట్టి గూడ,
ఆనందపు లోయల అనుభూతి లోతులంటి గూడ,
ధ్యేయము నేమారినావె? ఆత్మశక్తి మరచి నావె?
నీ పథము నమృత తటమున లక్ష్యంబు వీడినావె?

విశ్వంబును విశ్వాత్మయు నీ లోపల నుండు
తారకలను ధరకు దించు వ్యూహంబు వదలినావె?
ధరణిని స్వర్గము జేసెడు స్వామి ఊహ తలచ లేదె?

పలాయనము చిత్తగింప విజయము కీర్తియు దక్కునె?
విశ్వహితము సమకూర్పగ అవతరించినట్టి నీకు,
పరాత్పరుని కార్యక్రమము సగమె సాధ్యమాయె,
జగమట్లే సాగుచుండె నీ కర్తవ్య మింక మిగిలె.

నిత్యమైన నిషేధముగ "నేతి" నిన్ను దరిసె,
నీ కన్నులలో జూచి జూచి జీవితేచ్ఛ తెగతార్చెను.
ప్రేమమూర్తి ప్రతిష్ఠించు ప్రేమభావమేది?
హృద్దేశము నధివసించు నిత్యాత్మ తత్త్వ మేది?
"స్వాహా" యని సృజనాగ్నిని స్వాగతించు మంత్రమేది?
ఓంకారము ధ్వనియించెడి అగ్నిహోత్రు గానమేది?

తన్మయత్వ మాధుర్యము మౌనమందు సంగమించ
నవ వధూటి ఉద్వేగము సౌందర్యమున లయించును,
ఆ మందిరమున గూడును పదార్థమాత్మ విభుని తోడ.
దయామయుని దరహాసము సర్వరక్షయగు సత్యము,
జీవగాంగ ఝరులన్నిటి సత్యము సృజియించునెపుడు.

అజ్ఞానపు తెర తొలగిన సర్వజ్ఞు ఛాయ నరయగలవు,
వెలుగుల తెర తొలగినపుడు ఈశు రూపు నరయ గలవె?
దివ్యత్వ మావరించి యుండు వాని జన్మ కర్మంబుల,
సృష్టి మహానాటకమున చరమాంకము ముగియ దెపుడు,
సాగిపోవు నాటకమున గర్భసంధినెవరు విప్పగలరు?

విశ్వనటుడు నవ్వుచుండు ధరియించినట్టి పాత్ర నుండి
బహు రూపమ్ముల వ్యక్తము అవ్యక్తమైన వాని రూపు
బహు నామమ్ముల వ్యక్తము అవ్యక్తమైన వాని రూపు,
చరమ సత్యమెల్లప్పుడు అవ్యక్తమై నిలచును.

బృహత్ శ్వేత కాంతిరేఖ ధ్యేయమ్ముమై నిలుచునెపుడు?
ఆదిత్యుని కాంతి కవల వెలుగు పుంత లెన్నొగలవు

అన్నిటి కాధారంబై కానుపించు కవాటంబు
అమృతత్వమునకు నీవు ఆరోహణ చేయు పథము

(సావిత్రి, పుట. 310-311)

మూలము: శ్రీఅరవిందులు
భావానువాదము: ధారా రాధాకృష్ణమూర్తి

## నిర్గుణ తత్త్వ స్వరూపము

*నిష్క్రియ, సక్రియ బ్రహ్మము*

నిర్గుణ (శాంత) సగుణ (క్రియాత్మక) బ్రహ్మతత్త్వాలు భిన్నం కావు. విరుద్ధాలు – అసమన్వితాలూ – పరస్పర నిరాసకాలు – కావు. మిథ్యాజగత్తు నొకటి నిరసిస్తూ – మరొకటి పోషించేవి కావు. ఆ రెండూ ఒకే బ్రహ్మము యొక్క రెండు ముఖాలు – ఋణ ధన విద్యు దంశల వంటివి. పరస్పరాధార ఆధేయాలు. ఈ ప్రశాంత – మౌన – నిర్గుణ స్థితినుండి సకల సృష్టికారణమైన శబ్దబ్రహ్మోత్పత్తి జరుగుతున్నది. శబ్దమా మౌన దశలో గుప్తమైన దానిని అభివ్యక్తం చేస్తుంది. అదొక శాశ్వత మౌనస్థితి – తటస్థస్థితి. శాశ్వత దివ్యకర్మల యొక్క స్వాతంత్ర్యాన్నీ – సర్వశక్తిమత్వాన్నీ నిష్పన్నం చేస్తూ అనంత బ్రహ్మండ సృష్టిని నిర్వహిస్తుంది. కార్యబ్రహ్మము యొక్క అనంత క్రియా సంపద ఆ శాంత బ్రహ్మమునుండే ఆవిష్కృతమౌతుంది. ఈ కార్యబ్రహ్మము యొక్క క్రియాశక్తి సర్వమూ దాని నుండే బహిర్గతమౌతుంది. దానికిదే ఆధారం.

*విశాల విశ్వచైతన్యం లోనే శాంతి, శక్తి*

మనిషి కూడా ఇంతే. అతని పరిపూర్ణతకు ఈ శాంత శబ్ద బ్రహ్మల సమన్వయమే కారణం. అంతశ్చేతనలో కేవల శాంత బ్రహ్మను పదిలం చేసుకొంటూ దివ్య క్షమా, ఆనందాలను అనుభవిస్తూ బాహ్యకర్మలను నిర్వహించటం కర్తవ్య

కర్మ. అంతశ్శాంతి నెవరు అనుభవిస్తారో వారు బాహ్యసృష్టిలో కర్తవ్య కర్మ ప్రేరకశక్తి విజృంభణమంతా ఆ లోపలి శాంతస్థితి (calm) నుండి ఉబికివస్తున్నట్లు దర్శించగలరు. కనుక ఈ శాంత శబ్దబ్రహ్మాలు విరుద్ధాలు కాకపోగా పరస్పర పోషకాలు. అంటే ఈ నిశ్శబ్దత (silence) విశ్వకర్మను నిరసించేది కాదు అని తాత్పర్యం. వీని మధ్య ఏదో వైరుధ్యమున్న దనుకోవటం మానవ మేధాశక్తి యొక్క సంకుచితత్వం. మానవమేధ కొక సంకుచిత పరిధి ఉన్నది. అదేమంటే ప్రతి జంట మధ్య వైరుధ్యాన్ని చూడటం; ఒకదాని నుండి మరొక దానికి దూకటం – రెంటిని వేరు చేయటం. ద్వంద్వాన్ని ఒకే తత్వంగా చూచే ఒక బృహచ్చైతన్యావిష్కృతిని పొందలేక పోవటం. ఆ విశాల విశ్వచైతన్యంలోనే సమన్వయ దర్శనముంటుంది కనుక ద్వంద్వం గాఢ పరిరంభణలో ఒదిగి ఏకమై పోతుంది. నిశ్శబ్ద బ్రహ్మం శబ్దబ్రహ్మరూపమైన సృష్టి కధిష్ఠానం. విశ్వకర్మను నిస్వార్థంగా పోషిస్తుంది. అంటే దానినుండి విరామం పొందుతూ మళ్ళి రెంటిని ఏకం చేస్తూ, తద్వారా కార్య కలాపమగ్నమయ్యే జీవాత్మను స్వతంత్రంగా నిశ్చలంగా చేయ గలదు.

*

**అనంత తాత్త్విక దర్శనం**

ఆ నిశ్శబ్ద నిర్గుణ పరబ్రహ్మంలో ఒక కేవల సత్తామాత్రస్థితి ఉంటుంది. ఆ నిశ్చల ప్రశాంతితో పాటుగా అనంత చలనస్థితి, క్రియాస్వభావం, నిశ్చలతత్త్వాన్ని అభివ్యక్తీకరించగల మహాశక్తీ వున్నాయి. సగుణ నిర్గుణ తత్త్వాలు విరుద్ధాలుగా తోచటం మర్త్యతర్కానికి సమంజసంగానే కన్పించినా, అనంత తాత్త్విక తర్కానికి క్రియా – నిష్క్రియా తత్త్వాలు రెండూ ఒకటే. యోగతర్కం వేరు. పండితతర్కం వేరు.

**శుద్ధచైతన్యంలో మహాశక్తి గర్భితం**

నిశ్శబ్ద నిశ్చలతత్త్వం, ఎప్పటికి అలాగే ఉండిపోతుందనిగాని, అనంతశక్తీ, క్రియాత్మకశక్తి లేని అనంతత్త్వాన్ని గాని అంగీకరించలేము. ఊహించలేము – ఉంటుందన్నదొక

దృక్కోణం తప్ప. శక్తిరహిత కేవల తత్త్వం – నపుంసక తత్త్వం – ఊహించరానిది. అనంతశక్తి అప్రమేయతత్త్వంలోని మహా స్పందరూపం – సర్వశక్తిమత్త్వం ఆ శుద్ధచైతన్యంలో గర్భితాంశమైన మహాబీజశక్తి, మహాజవశక్తి పరమాత్మలోని జవసంపన్నత. కానీ, ఆ నిశ్శబ్దత, నిశ్చలతలు చలనాని కాధారం; శాశ్వత నిశ్చలత అనంత చలనశక్తి కత్యవసరమైన విధి – క్షేత్రం – సారం. నిశ్చల పరమాత్మతత్త్వం బృహచ్చల నాధారం. మనమీ నిశ్చల నిశ్శబ్ద తత్త్వదర్శనం చేసినపుడు జవశక్తుల కాధారంగా భావించగలం. ఇది బాహ్య అవిశ్రాంత భూమిక కందదు.

ఈ వైరుధ్య భావన మానసికం – ఒక సిద్ధాంతం. కానీ వాస్తవంగా చలాచల తత్త్వములు అభిన్నము పరస్పర సమన్వయము అయిన ఒకే ఒక తత్త్వపు ముఖములు. అప్రమేయ నిశ్శబ్ద తత్త్వ నిశ్చలతలో (immutable silent spirit) అనంతశక్తి నిశ్శబ్దంగా – నిశ్చలంగానే వుంటుంది. ఎందుకంటె – అది తన జవసత్త్వాలకు బద్ధం కాదు; వాటి చేతిలో వస్తువు కాదది. వాటిపై తనకు పెత్తనమున్నది తప్ప వాటి చెప్పుచేతల్లో తాను లేదు. శాశ్వత, అనంత కర్మదక్షమైన ఆ మహాశక్తికలుపూ సొలుపూ లేదు. తన కర్మశీలత – స్వభావంలోనే నిశ్శబ్ద తత్త్వం గర్భితంగా వుంటుంది. దాని చలనస్వభావం క్షణకాలమేనీ క్షుబ్ధం కాదు; చెదిరిపోదు. మార్పు రాదు. తటస్థ నిశ్శబ్ద బ్రహ్మం/సాక్షీభూత పరమాత్మ – విశ్వంలో ప్రతి కంఠస్వరంలో – ప్రాకృతిక క్రియాకలాపాల్లో బీజప్రాయంగా – గర్భితంగా వుండనే వున్నది. వీటిని మానవమేధ గ్రహించలేదు. లేదా వాని అవగాహన కష్టసాధ్యం కావచ్చు. బాహ్యమైన మన ఉపరితల మనస్సునకు పరిమితు లనేకం. కనుక మన సిద్ధాంతాలు – భావాలు ఆ పరిమితికి లోబడినవే. ఈ సాపేక్ష సాంత భావజాలం అనంత శుద్ధచైతన్యానికి సమన్వయించదని గ్రహించటం సులభమే.

మూలం: శ్రీఅరవిందులు

అనువాదం: తుమ్మపూడి కోటీశ్వరరావు

# రహస్య జ్ఞానం

ఎవని విశ్వోత్తీర్ణత బ్రహ్మాండ చక్రేశ్వరి,
అతడు సర్వజ్ఞుడు. ఇపుడు,
సకల జీవాంతరాంతర్మగ్నుడు;
వైయక్తిక – స్వయంపకాశకమైన ఏకతత్త్వం.

గుణ రూపరహితయై – సాంద్ర నిశ్శబ్దం ముసుగులో,
చెదరని నిద్రలో కాలస్పర్శ నుండి,
ఎవ్వని;
అవిజ్ఞేయమైన ఒంటరితనాన్ని
గుప్తంగా పొదువు కొంటున్నదో
అతడు,
తన నిశ్శబ్దతనుండి మూకశక్తిని మేల్కొలిపెను.

అతడు,
కేవలుడు, ఆప్తకాముడు ఒంటివాడు,
మౌనంతో దేశకాలాలను ప్రవేశించేసాడు;
స్వాత్మనుండి బహురూపాలను సృజించి
ఆత్మీయ బృహదేకాంతంలో వుంటూనే –
సర్వగతుడైనాడు.

ఈ దేశకాలాలు తానే, తనవే,
పరిశుద్ధుడు – పరిపూర్ణుడు – స్పర్శాతీతుడు,
జీవాంతర్గుహ ప్రవిష్టుడై
మన, వికార సహస్ర ముఖాలతో
ఈ, మాంసమయ గృహాన్ని మజిలీగా చేసుకొని,
తానే జీవరూపుడైనాడు.

ఈ జీవుడా దివ్యమూర్తి కావాలి,
ఆదిమస్థానాని కెగిరిపోవాలి.
ఈ మృణ్మయమైన మూసలో, తన హిరణ్మయ ద్రవాన్ని పోసి

చేసిన నిర్మాణాలపై తన ముద్ర వేసాడు. –
మృణ్మయకృతి హిరణ్య బిందువుగా పరిణమించాలి –
అప్పుడు,
క్షణం, శాశ్వత కాలమౌతుంది.

ఈ, దివ్యరూపాంతరీకరణం సృష్టి పథకం:
లోక మీ బాకీ తీర్చుకోవాలి.
మన ముఖాల నతడు తొడిగినట్లు
అతని ముఖాన్ని మనం తొడగాలి.
ఈ జగత్పితకు వారసులీ జీవులు
అతడు మన భాషలో మాట్లాడుతున్నాడు,
మనమతని భాషలో ప్రసంగించాలి.
ఈ జీవిత వైకుంఠపాళిలో అతడే నిచ్చెన.

మూలం: శ్రీఅరవిందులు
అనువాదం: తుమ్మపూడి కోటీశ్వరరావు

## ఆరోహణ: నిర్మల నిశ్చల నిశ్శబ్దం

ఓ అనంత జ్ఞాన స్వరూపమా! అవధులెరుగని సాక్షీభూత
ఆత్మ ప్రకాశమా!!

నీవు అచ్యుత శక్తివి అనంత త్రాణవు
లెమ్ము, మేల్కొని, నిర్ణయాత్మక మార్పున కాలవాలమౌ
చక్ర పరిభ్రమణానికి దూరంగా, మహేంద్రజాల
వలయాన్ని ఛేదించుకొని
(మాయామేయ జగతి మాయదృశ్య మాలికలను ఛేదించుకొని
రవిగానని చోట్లను సైతం వీక్షించగల కవిలా – విశ్వశ్రేయస్సుకై)
నిశ్శబ్దంలోనికి, కేవల నిశ్శబ్దంలోనికి ప్రవేశించు –
అట ఆవిర్భవించు,

అనంతంగా ప్రకాశించు

(దక్షిణా మూర్తి మౌనతత్త్వంలా – విశ్వవివేకంలా
శబ్దరాహిత్య దివ్యచైతన్య స్థితిలా)
ఒక్కడవే నీ ఒక్కడవే ఆధ్యాత్మిక జీవనపథగామివై అధిరోహించు;
ఇంకే మాత్రము రహస్యారోపణలను, నీలాపనిందలను,
గుసగుసలను మఱియు అజ్ఞానపు గావుకేకలను
లక్ష్యపెట్టకు – వాటికి
పేదచెవివై – అనంత నిశ్శబ్దం లోనికి శాశ్వతంగా
లోకశోకానికి, ద్వంద్వ యుద్ధానికి స్వస్తి పలికి,
సంకుచితమైన స్వల్పమైన మఱియు మసకబారిన
సహజ లౌకిక స్థితినుండి ముందుకు సాగిపో.

నీ జ్ఞానాన్ని – నిశ్చలము, అపారము, రూపరహితము అద్భుతము
అమరలోకాతీతము, విశాల విశ్వమునకన్న విస్తృతమునైన నీవు
విశుద్ధ వ్యక్తిత్వ యశోవలయంలో,
మనోజ్ఞ ఆత్మావలోకనా నిశ్చల నిగూఢత్వంలో
నిశ్శబ్దావృతము, సువేద్యము సుపరిచితమునైన
అనంతత్త్వంలో కబుర్లాడుతూ, –
ఆలోచనల కందనంతగా రూపొందించుకో
నీ ఆనందాన్ని ఉద్వేగోద్రేకాల కందనంత లోతుగా తీర్చిదిద్దుకో
(రసాత్మక వాక్పరిపూర్ణ ధ్వని సంభరిత లోకహిత కావ్యంలా
– ఋషి వచనంలా – నా నృషిః కురుతే కావ్యం)

పరిణామ శీలరహితమైన ఉజ్జ్వల కాంతి పథంలో,
నిలకడగా శబ్దరహిత ఆత్మావలోకనంలో,
ఓ అనంతజ్ఞాన స్వరూపమా (జీవాత్మా) నీవు అన్న భావననుండి
(నేను నాది యన్న మరీచికా వలయంనుండి)
విముక్తుడవై ముందుకు సాగు;
అవధులెరుగని సాక్షీ భూత ఆత్మ ప్రకాశమా!
ప్రకృతి గ్రహణపు పట్టునుండి ఆ స్వాభావిక సహజ ప్రకృతి
ధృతరాష్ట్ర దుష్ట కౌగిళ్ళ వలయం నుండి

తప్పించుకో (గ్రహణ విముక్త రవి, చంద్రులకీడై నిలిచి పో)
నీ కనులకు కనిపించిన చరాచర ప్రకృతి సాకల్యాన్ని
శంకరగిరి మాన్యాలవైపు సాగనంపు (నీ మనః పథం
నుండి పారద్రోలు)
ఏకము మఱియు పరిపూర్ణమునైన దివ్యాత్మ వైపుకు మరలు,
శాశ్వతత్త్వం వైపు తరలు
ఓ సర్వాతీత విశ్వచైతన్యమా! ఓ నామరహిత అద్వైతమా!
అపురూప సమతత్త్వమా! అనంత ఏకత్వమా!
ఓ అనంతజ్ఞాన స్వరూపమా! అవధులెరుగని
సాక్షీభూత ఆత్మప్రకాశమా!
నీవు అచ్యుత శక్తివి, అనంత త్రాణవు
కేవలం కేవలం అనంతంగా, శాంతంగా, మౌనంగా
నిశ్చలంగా నిర్మలంగా ఉండిపో (నీ ఉనికి నిత్యమై, సత్యమై యలరు గాక! సచ్చిదానంద సిరులు పొరలు గాక! మౌనమె నీ భాషయై మనుగాక!)

మూలం: శ్రీఅరవిందులు
అనువాదం: అన్నవరం ఆదిశేషయ్య

## ఆరోగ్యపత్రం

మానసికంగా సాధించగల ఫలితాలు చాలా తక్కువ. అంతేకాక అవి కలగాపులగమై యుంటాయి. అందువల్ల మరో మార్గం చూసుకోవాలి. మనస్సును అధిగమించాలి. విశ్వాసపు పరిధిలోకి గానీ, దానికి మించిన చైతన్యభూమిక లోకిగానీ ప్రవేశించినట్లయితే శరీరం మీద మంచి ప్రభావముంటుంది.

బాహ్యశరీరంపై శక్తివంతంగా పనిచేయగల్గినది విశ్వాసం మాత్రమేననేది స్పష్టమైన విషయమే. ఏ మాత్రం గడసరి గోల లేకుండా, గొప్ప మానసికాభివృద్ధి లేకుండా ప్రగాఢ విశ్వాసం మాత్రం ఉన్న సాదా మనుష్యులు కొంతమంది ఉంటారు. అటు

వంటి వారు వారి బాహ్యశరీరాలపై గొప్పగా అజమాయిషీ చేయ గలుగుతారు. అది ఒక్కొక్కసారి చాలా ఆశ్చర్యంగా ఉంటుంది. ఎలాగంటే "ఒక గొప్ప సిద్ధిని పొందినవాడు అద్భుతవ్యక్తే కానీ చిన్న చిన్న దైహిక విషయాలకు దాసుడు. మరియొక వ్యక్తి చాలా సాధారణమైన వాడు, పైగా మొరటుగా కనిపిస్తాడు. అయినప్ప టికీ గొప్ప నమ్మకం ఉండటంవల్ల కష్టాలనూ, ఆటంకాలను పెద్ద యోధునిలాగా అధిగమించి సాగిపోతాడు."

గొప్ప సంస్కారవంతుడైన వ్యక్తికి నమ్మకం ఉండదని నేను చెప్పనుగానీ అది చాలా కష్టమంటాను. ఎందువల్లనంటే అతని మనస్సు ఎప్పుడూ ప్రతిదాన్నీ తర్కిస్తూ, చర్చిస్తూ, హేతు బద్ధంగా అర్థం చేసుకొని నమ్మకం ఏర్పరచుకోవాలని చూస్తుంది. మనస్సుకు నచ్చచెప్పుకోవాలంటే ఋజువులు కావాలి. అతని నమ్మిక పారదర్శకంగా ఉండదు. అటువంటప్పుడు పరిణామ సోపానంలో ఒక మెట్టుపైకి ఎక్కవలసి వస్తుంది. అంటే మాన సిక పరిధిని వదిలి ఆధ్యాత్మిక పరిధిని ఆశ్రయించాలి. అప్పుడు నమ్మకం ఉదాత్త తత్త్వంగా అవుతుంది. కానీ ఇక్కడ నేను చెపుతున్నది సాధారణ మానవులు సాదా జీవితం గడుపుతున్న ప్పటికీ గాఢవిశ్వాసంవల్ల శరీరాన్ని స్వాధీనంలో ఉంచుకోగల రనే విషయం. అది వారు ప్రయత్నించి తెచ్చుకునేదికాక సహజసిద్ధంగా జరిగే చర్య; ఎంతో సాధన చేసి అభివృద్ధి పొంది ఉన్నతస్థాయి చేరిన సాధకులకంటే ఎంతో గొప్పవిషయం.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: ఎ. ప్రభావతి, ఎ. వెంకటరామ శాస్త్రి

**In the mind's silence the Transcendent acts**
**And the hushed heart hears the unuttered Word.**

**Sri Aurobindo**

**(Savitri, p. 315)**

# వందేమాతరం

## ప్రార్థన

## 15 ఆగస్టు, 1947

ఓ మా జననీ, ఓ భారతమాతా! అత్యంత తీవ్రమైన విషాదాంధ కారంలో పడివున్నప్పుడు, నీ దివ్యవాణిని, నీ పిలుపును ఆలకింపక నీకు దూరమైనప్పుడు, పరాయిదేశపు ప్రభువులను సేవిస్తూ నిన్ను తిరస్కరించినప్పుడు సైతం నీ కన్నబిడ్డలను ఎన్నడును విడనాడని ఓ తల్లీ, ఇప్పుడు వారొక స్వతంత్ర జాతిగా తలయెత్తి నిలచినప్పుడు నీ స్వాతంత్ర్య ఉషోదయ సువర్ణకాంతులతో నీ వదనారవిందము మహోజ్జ్వలంగా ప్రకాశిస్తున్న ఈ శుభసమయంలో నీకు మేము ప్రణామములు అర్పించెదము. మాకు మార్గాన్ని చూపించు తల్లీ! మా ముందట సాక్షాత్కరిస్తున్న ఈ స్వాతంత్ర్య భానూదయం సర్వ ప్రపంచ దేశాల ఎదుట నీ నిజ ఔన్నత్య, నీ నిజ జీవన భానూదయమగునట్లుగా మాకు మార్గదర్శకత్వం వహించుము. మహనీయములైన ఆదర్శాలను మేము ఆచరణలో పెట్టి మానవులకు నీ మహనీయ స్వరూపమును, పరమాత్మ దివ్యమార్గములందు అగ్రగామిగా, సర్వజనులకు దివ్యవరప్రదాయినిగా తెలియచేయగల్గుటకు మాకు మార్గదర్శకత్వము వహించుము.

*

భారతదేశపు భవిష్యత్ చాలా స్పష్టంగా ఉంది. భారతదేశం ప్రపంచానికే గురువు. యావత్తు ప్రపంచపు భవిష్యత్తు భారత దేశం మీదే ఆధారపడి ఉంది, భారతదేశం అనేది జీవించి ఉన్న ఆత్మ. ప్రపంచంలోని ఆధ్యాత్మికజ్ఞానం, భారతదేశం లోనే సజీవంగా వున్నది. ఈ రంగంలో భారతదేశపు ప్రాముఖ్యతను, ప్రభుత్వం గుర్తించాలి. తదనుగుణంగా తమ చర్యలను రూపొందించుకోవాలి.

*

ఆత్మజ్ఞానం అధ్యక్షత వహించవలసిన దేశం భారతదేశం, వహించి తీరవలసిన దేశమూ అదే. దానికి ఇక్కడే, ఇప్పుడే సమయం ఆసన్నమైంది. ఇంతేకాక, ఈ దేశానికిగల ఏకైక తరుణోపాయమూ అదే. ఒక విదేశీయజాతి ప్రభావపాటవముల చేత ఈ దేశపు చైతన్యం, దురదృష్టవశాత్తు వక్రీకరించబడింది. అయినా, వీటన్నిటికీ అతిరిక్తంగా ఈ దేశపు చైతన్యం ఒక అపూర్వమైన ఆధ్యాత్మిక వారసత్వాన్ని కలిగి ఉంది.

ఆశీర్వచనాలు.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: కాకుమాని తారానాథ్, కె. భాస్కరరావు

## లోకమాన్య తిలక్ శ్రీఅరవిందులను 1906 లోనే గుర్తించారని మీకు తెలుసా?

1972 ప్రాంతంలో నళినీకాంత్ సర్కార్ ఒకసారి కలకత్తా సందర్శించారు. అప్పుడొకనాటి సాయంకాలం శ్రీఅరవింద కేంద్రాలలో ఒకదానిలో జరిగే సమావేశంలో పాల్గొనమని, ఆయనను ఆహ్వానిస్తూ ఒక ఉత్తరం వచ్చింది. ఆ సమావేశంలో శ్రీఅరవిందులను గురించి ప్రసంగించే ముఖ్యఅతిథి శారదామఠం శ్రీ శంకరాచార్యులవారు.

శ్రీశంకరాచార్యుల వారు మాయావాదులైతే, తన తత్వ వివరణలో శ్రీఅరవిందులు దానిని తీవ్రంగా ఖండించారు. అందుకని నళిని ఆ సమావేశానికి తప్పక హాజరవుదా మనుకున్నారు. సమావేశ సమయానికి కొన్ని నిమిషాలకు ముందు వెళ్లారు. అప్పుడే ప్రధాన అతిథి కారునుంచి దిగి, తన దండంతో, వేదిక మీదికి తీసుకుపోబడ్డారు. వేదిక మీద ఉపన్యాసకులకు ఆసనాలు ఏర్పాటు చేశారు, శంకరాచార్యుల వారికి మిగతావారికన్నా ఉన్నతాసనాన్ని ఏర్పరచారు.

శంకరాచార్యులవారు ఉపన్యసించటానికి లేవటంతోనే, ఉత్కంఠతో నళినీదా గుండె కొట్టుకోవడం ప్రారంభించింది.

శ్రీశంకరాచార్యులవారి ఉపన్యాసం: ఈ క్రింది విధంగా సాగిన వారి ఉపన్యాసంతో, నళినీకాంతుని మనస్సు ఆశ్చర్యంతో, దిగ్భ్రమతో, సంతోషంతో నిండిపోయింది.

"మహారాష్ట్రలో మేం బాలగంగాధర తిలక్ అనుచరులం. భారతదేశంలో బ్రిటిష్‌పాలనకు వ్యతిరేకంగా ఏకకంఠంతో శ్రీఅరవిందుల మార్గదర్శకత్వంతో, వారి నాయకత్వంలో బెంగాల్ లేవటంతోనే, మన మాతృమూర్తి భారతదేశపు స్వాతంత్ర్యం – స్వరాజ్యం కోసం, మేమూ అదే స్ఫూర్తితో మహారాష్ట్రలో తిలక్ మహారాజ్ నాయకత్వంలో మేల్కొన్నాం.

"తిలక్‌మహారాజ్ అప్పుడప్పుడూ శ్రీఅరవిందులను కలిసి, వారితో సంప్రదించేందుకు కలకత్తా వెళుతుండేవారు. ఆ రోజులలో, బ్రహ్మచర్యం, భగవద్గీతా పఠనం మా అనుదిన కార్యక్రమం. కాని మేం భగవద్గీత చదివేటప్పుడు ఏం చేసేవారమో తెలుసా? అన్ని ప్రకరణాల్లో, ఎక్కడెక్కడయితే 'శ్రీ భగవాన్ ఉవాచ' అని వ్రాయబడిందో, అక్కడ భగవాన్ అన్న పదాన్ని కొట్టివేసి, 'శ్రీఅరవింద' అని వ్రాసేవారం. ఎందుకంటే శ్రీఅరవిందులు, శ్రీకృష్ణులు ఒకటే అని మేం గ్రహించాం కాబట్టి...."

వారి ప్రసంగం ఇంకా ఇలా సాగింది

"శ్రీఅరవిందులను కలకత్తా జైలులో పెట్టినపుడు, వారి సోదరి సరోజినీదేవి, వారి రక్షణ నిమిత్తం ధనసహాయాన్ని అర్థిస్తూ పత్రికలలో ప్రకటించింది గదా! మహారాష్ట్రలో కొంత ధనం వసూలు చేసి, ఆ ధనాన్ని కలకత్తాలోని చౌరంఘీలో, ప్రకటనలో ఇచ్చిన చిరునామాలో అప్పగించేందుకు మాలో ఇద్దరం కలకత్తా బయలుదేరాం. జస్టిస్ బీచ్‌క్రాఫ్ట్ కోర్టులోని విచారణను చూసేందుకు, శ్రీఅరవిందుల దర్శనానికి, ముద్దాయిల తరఫున బారిస్టర్ సి.ఆర్. దాస్ వాదనలు వినేందుకు, కలకత్తాలోనే ఉండటానికి మేం నిశ్చయించుకున్నాం.

జస్టిస్ బీచ్‌క్రాఫ్ట్ సహాయం: "ఒక రోజు చౌరంఘీ అడ్రసుకు ఒక కవరు వచ్చింది. మేం దానిని తెరిచిచూస్తే, అందులో ఏ ఉత్తరమూ లేదు. మాకు చాలా ఆశ్చర్యం వేసింది.... కేవలం రెండు టైపు చేయబడిన కాగితాలున్నాయి. అందులో ఏ విషయముందో మేం తెలుసుకోలేకపోయాం, కాకపోతే అది 'లా' కు సంబంధించిందని ఊహించాం. అయితే అదెవరు పంపించి ఉంటారు? పంపించిన వారి పేరు లేదు.

"మేం వెంటనే సి.ఆర్.దాస్ ఇంటికి వెళ్లి, వారికా కవరు ఇచ్చాం. ఆ టైపు కాగితాలు చదివిన తరువాత, దాస్ ఇలా అన్నారు. ఇంత ముఖ్యమైనది మీరు నాకు తెచ్చిస్తారని నేను కలలోకూడా అనుకోలేదు. శ్రీఅరవిందుల తరఫున వాదించటానికి చాలా యుక్తియుక్తమైన లా పాయింట్లు ఈ కాగితాలలో పూర్తిగా ఉన్నాయి. ఈ కాగితాలు నాకు అందకపోయినట్లయితే, ఈ పాయింట్ల విషయమై నేను శ్రీఅరవిందుల తరఫున వాదించటానికి కనీసం వారం రోజులు కష్టపడవలసి వచ్చేది. మేమెంతో ఆశ్చర్యంతో, సంతోషంలో మునిగిపోయాం. తన సహాధ్యాయియైన ఐ.సి.యస్ 'శ్రీఅరవిందో అక్రాయిడ్ ఘోష్' కు సహాయం చేసేందుకు జస్టిస్ బీచ్‌క్రాఫ్ట్ మహాశయులే ఇలా చేసి ఉండవచ్చని మాకు లోలోపల అనిపించింది....

ఆలీపూర్ బాంబ్‌కేసు పూర్తయిన తరువాత, దాస్ వారి అంతిమవాదనను వినిపించారు. అది ఈనాడు చారిత్రాత్మకము, భవిష్యత్సూచకమైనదిగా ఎంతో ప్రాముఖ్యతను పొందింది. తరువాత శ్రీఅరవిందులు నిర్దోషి అని ఋజువై, విడుదల తీర్పు వెలువడిన తరువాత, మేం ఏదో విధంగా జస్టిస్ బీచ్‌క్రాఫ్ట్‌ను సందర్శించి వారిని అభినందించాం. అప్పుడు సాహసించి, వారిని ప్రైవేటుగా ఒక ప్రశ్న వేశాం.

మాకో అజ్ఞాతవ్యక్తినుంచి రెండు పేజీల టైపు చేయబడిన కాగితాలందాయి. అవి తమరే పంపారని మేం ఊహించవచ్చా? బీచ్‌క్రాఫ్ట్ చిరునవ్వే దానికి సమాధానమయింది సుమా!"

"శ్రీఅరవిందుల దివ్యతేజాన్ని వారి అసలు స్వరూపాన్ని బహుశా మొదటిసారిగా, వారు పనిచేసిన బరోడా కాలేజీ ప్రిన్సిపాల్ ఎ.బి.క్లార్క్ గ్రహించాడు.

శ్రీఅరవిందుల స్థానంలో, వారు రాజీనామా చేయటంతో, సి.ఆర్.రెడ్డి వైస్‌ప్రిన్సిపాల్‌గా నియమితులయ్యారు. క్లార్క్ రెడ్డిగారి నడిగాడు. "నీవు అరవింద ఘోష్‌ను కలిశావన్న మాట.... ఆయన కన్నులు చూశావా? 'జోన్-ఆఫ్-ఆర్క్' స్వర్గలోకపు గొంతులు విన్నట్లుగా, అరవిందులు స్వర్గలోకపు దృశ్యాలు చూస్తుంటాడు? అని.

1907 లోనే విశ్వకవి రవీంద్రనాధ ఠాగూర్, శ్రీఅరవిందులు నిజంగా ఎవరో గ్రహించాడు. దానినే తన బెంగాలీ కవిత 'నమస్కార్' లో వెలిబుచ్చాడు. కాని స్వదేశీ ఉద్యమ సందర్భంలో 1906 లోనే అరవింద ఘోష్‌ను శ్రీకృష్ణునిగా గుర్తించటమంటే అంత సులభం కాదు. దానికి వారు తమ గురువైన బాలగంగాధర తిలక్ చేతనే ఒప్పించబడ్డారు. తిలక్ భగవద్గీతను అపారమైన జ్ఞానభావనతో చదివి, దానిని గురించి వ్రాసిన వ్యాఖ్యానం, మహారాష్ట్ర యువతను ఉత్సాహపరచి, వారిని మేల్కొల్పింది.

1907 సూరత్ కాంగ్రెసు సభలో మహారాష్ట్ర వాలంటీర్లు సామూహికంగా, మరో ప్రశ్న వేయకుండా శ్రీఅరవిందుల ఆజ్ఞలను పాలించి ఎందుకు ఆ సభను భగ్నం చేసి, మితవాదుల ఉద్దేశాలను నిర్వీర్యం చేసిందీ, మనమిప్పుడు గ్రహిస్తున్నాం. వలంటీర్లకు శ్రీఅరవిందుల ఆజ్ఞ అంటే, సాక్షాత్ వాసుదేవుని ఆజ్ఞే అని తెలుసు.

సూరత్ కాంగ్రెసు భగ్నాన్ని గురించి శ్రీఅరవిందులే స్వయంగా ఇలా వ్రాశారు.

"మహారాష్ట్ర యువకులు ఒక గుంపుగా వేదిక మీదికి దూసుకొచ్చారు. మితవాదులు పారిపోయారు. వేదిక మీద కొద్దిసేపు కుర్చీలతో యుద్ధం జరిగిన తరువాత, సభ భగ్నమైంది. ఇక జరగనే లేదు. కాంగ్రెసును సస్పెండు చేసి, దాని స్థానంలో

ఒక జాతీయసభను, ఒక రాజ్యాంగాన్ని ఏర్పరచుకొని, తాము భద్రంగా ఉండే ఒక పద్ధతిని పెడదామని మితవాద నాయకులు నిశ్చయించారు.

నేషనలిష్టు పార్టీ ఈ సమావేశంలో చేరటానికి శ్రీఅరవిందులు అంగీకరించ లేదు. ఈ విషయం మనలో చాలామందికి తెలియదు. శ్రీఅరవిందులే స్వయంగా ఈ విధంగా చెప్పారు.

ముఖ్యమైన సంఘటనలకు తెర వెనుక జరిగిన అసలైన కారణాలను చరిత్ర చాలా అరుదుగా పేర్కొంటుంది. చరిత్ర కేవలం తెరముందు జరిగే దానినే చెబుతుంది. సూరత్‌లో రెండు నిర్ణయాత్మక ఘటనలు జరిగాయి. తిలక్‌ను సంప్రదించకుండానే, కాంగ్రెసుసభను భగ్నం చేయండని పిలుపు నిచ్చింది నేననీ, అలాగే మితవాదుల నూతన కన్వెన్షన్‌లోచేరటానికి నిరాకరించటానికీ నాదే బాధ్యత అనీ, అతికొద్దిమందికే తెలుసు. అలాగే బెంగాల్ ఉద్యమాన్ని తీవ్రవాదంవైపు తిప్పటంలోగాని, విప్లవోద్యమ స్థాపనలోగాని నా పాత్ర సంగతీ, చాలా కొద్దిమందికే తెలుసు...."

శ్రీఅరవిందులు తనంతట తానుగా, పురుషోత్తముడైన శ్రీకృష్ణుడూ తానూ ఒకటేనని ప్రకటించిన 1926 నవంబరు, 24 కు 20 సంవత్సారలకు ముందే, ఏ విధంగా మహారాష్ట్ర యువత తన అంతర్‌దృష్టితో గుర్తించిందో, అలాంటి దృష్టితో మనం శ్రీఅరవిందులను అంగీకరించ గలిగితే, మన దేశ అభివృద్ధికి అది ఎంతటి స్వాగతింపతగిన చర్య అవుతుంది!

మూలం: రఘునందన్

అనువాదం: కాకుమాని తారానాథ్

**A work is done in the deep silences;**
**A glory and wonder of spiritual sense,**

**Sri Aurobindo**

**(Savitri, p. 170)**

# సమాచార పత్రం

శ్రీఅరవిందో సొసైటీ సర్వసభ్య వార్షిక సమావేశము 13 అక్టోబరు, 2001 నాడు కలకత్తాలో జరుపబడును. 72 వ పేజీలో దీని నోటీసు చూడండి.

నూతన కేంద్రములు: పండర్కవాడా, కద్కలిపూరా – అమరావతి (మహారాష్ట్ర); ధర్మనగర్ – చంద్రపూర్ (త్రిపుర); తంజావూరు (తమిళనాడు); జంషెడ్‌పూర్ (జార్ఖండ్); లక్నో (ఉ.ప్ర);

ఈ క్రింది AIM Booklets పునర్ముద్రితమైనవి (1) How to Cultivate Concentration, (2) The Way to Happiness, (3) Remain Young, (4) What is Hinduism. Price: Rs 15/- each

పాండిచ్చేరిలో 19-25 మే తేదీలలో ఉపాధ్యాయుల కోసం ఒక శిక్షణాకేంద్రము నిర్వహించబడినది. ప్రతి సంవత్సరం మే నెలలో జరిగే ఈ శిబిరంలో అన్ని ప్రాంతాలనుండి ఉపాధ్యాయులు వచ్చి పాల్గొన్నారు.

నైరోబీ (కెన్యా) లో 'కష్టాలు' అనే విషయంపై ఒక సదస్సు మే ఒకటవ తేదీన నిర్వహించబడినది. శ్రీఅరవిందుల పవిత్ర అవశేషములు అంబాలా (హర్యానా) లో 6 మే, 2001 నాడు ప్రతిష్ఠించబడినవి. ఉజ్జయిని (M.P) లో 'సాధన' మరియు 'Work of The Mother' అనే విషయములపై 29 ఏప్రిల్ నాడు ఒక కార్యక్రమం నిర్వహించబడినది. మధుర (యు.పి) లో స్త్రీల విభాగము వారు "శ్రీమాతారవిందుల వెలుగులో పిల్లలను ఎలా పెంచాలి" అనే విషయముపై 9 మే తేదీన ఒక సదస్సు నిర్వహించబడినది.